Pranešimas žiniasklaidai

2025-11-13

**Kraujagyslių chirurgė: kraujagyslių pažeidimų gali padėti išvengti ankstyva diabeto kontrolė**

**Diabeto sukeltos kraujagyslių komplikacijos sudaro apie 27 procentus visų su šia liga susijusių mirčių pasaulyje ir šis skaičius kasmet didėja. Pavojingiausia tai, kad šios komplikacijos dažnai vystosi be aiškių simptomų, o pirmieji požymiai išryškėja tik ligai gerokai pažengus. Plačiau apie tai Pasaulinės diabeto dienos – lapkričio 14-osios – proga pasakoja Vilniaus plataus profilio klinikos „Meliva“ (anksčiau – „Kardiolitos klinikos“) Kraujagyslių ligų centro gydytoja kraujagyslių chirurgė Valerija Mosenko.**

„Diabetas pažeidžia visą organizmo arterinę sistemą – tiek smulkiąsias, tiek stambiąsias kraujagysles. Dėl sutrikusios kraujotakos ir nepakankamo audinių aprūpinimo deguonimi vystosi inkstų nepakankamumas, gali pasireikšti miokardo infarktas, insultas ar net galūnių gangrena, galinti baigtis amputacija. Nors per pastaruosius dešimtmečius medicina gerokai pažengė į priekį, mirtingumas nuo šių komplikacijų vis dar auga. Tai aiškiai parodo, kaip svarbu anksti diagnozuoti diabetą ir griežtai kontroliuoti cukraus kiekį kraujyje, kraujospūdį bei cholesterolį, kad būtų galima išvengti arba bent atitolinti kraujagyslių pažeidimus“, – pabrėžia gydytoja kraujagyslių chirurgė.

**Pirmiausia pažeidžiamos smulkiosios kraujagyslės**

Moksliniai tyrimai rodo, kad maždaug 23–50 procentų pacientų, sergančių 2 tipo cukriniu diabetu, išsivysto įvairaus pobūdžio kraujagyslių pažeidimai. Nors neretai nustatomi ir stambiųjų arterijų pakitimai – periferinių ar vainikinių arterijų susiaurėjimas, visgi dažniau pasireiškia smulkiųjų kraujagyslių (mikrovaskulinės) ligos, tokios kaip diabetinė retinopatija, nefropatija ar neuropatija.

Be to, dažnai pasitaiko periferinė neuropatija ir diabetinės pėdos komplikacijos, atsirandančios dėl kombinuoto smulkiųjų ir stambiųjų kraujagyslių pažeidimo. Tokie pakitimai apsunkina žaizdų gijimą, didina infekcijų riziką, o kai kuriais atvejais gali baigtis net amputacija.

„Dažniausiai pirmiausia pažeidžiamos smulkiosios kraujagyslės, todėl ankstyvosiose ligos stadijose išsivysto akių, inkstų ir nervų pažeidimai. Rečiau pasitaiko stambiųjų kraujagyslių ligos, kurios paveikia vainikines, galūnių bei galvos ir kaklo kraujagysles. Tyrimai rodo, kad smulkiųjų arterijų komplikacijos nustatomos maždaug trečdaliui cukriniu diabetu sergančių pacientų, o stambiųjų arterijų pažeidimai diagnozuojami maždaug 16–20 procentų atvejų, dažniausiai ligai jau pažengus“, – dalinasi V. Mosenko.

Didžiausia kraujagyslių komplikacijų rizika kyla pacientams, kurių cukraus kiekis kraujyje ilgą laiką išlieka per aukštas. Rizika taip pat priklauso nuo to, kiek metų žmogus serga diabetu. Kiti svarbūs rizikos veiksniai yra arterinė hipertenzija (aukštas kraujospūdis), didinanti kraujagyslių apkrovą ir spartinanti jų pažeidimą, bei dislipidemija, t. y. padidėjęs cholesterolio kiekis, skatinantis aterosklerozės vystymąsi stambiose kraujagyslėse.

Riziką dar labiau didina rūkymas, nutukimas, genetinis polinkis, atsparumas insulinui, lėtinis uždegimas ir endotelio (kraujagyslių sienelės) disfunkcija. Šiems pacientams būdingas padidėjęs oksidacinis stresas, arterijų sienelių uždegimas ir endotelio funkcijos sutrikimas.

**Simptomus svarbu atpažinti laiku**

Vieni dažniausių kraujagyslių pažeidimo simptomų yra kojų skausmas, mėšlungis ar silpnumas vaikštant. Taip pat būdingas rankų ir kojų dilgčiojimas, regėjimo sutrikimai, lėtai gyjančios opos ar žaizdos ant pėdų. Neretai patinsta veidas, gali pasikeisti šlapinimasis. Svarbu šiuos požymius atpažinti kuo anksčiau, nes tai leidžia laiku imtis veiksmų ir užkirsti kelią sunkesnėms komplikacijoms, tokioms kaip opos, aklumas ar inkstų nepakankamumas.

„Daugelis galūnių kraujagyslių pažeidimų, ypač ankstyvosiose stadijose, yra besimptomiai. Taip yra iš dalies todėl, kad diabetas neretai pažeidžia ir periferinius nervus, sumažindamas jautrumą skausmui ar diskomfortui. Dėl šios priežasties labai pravartūs reguliarūs apsilankymai pas gydytojus specialistus, kurie gali padėti atpažinti besivystančias komplikacijas ir laiku užkirsti joms kelią“, – tikina V. Mosenko.

Diabeto sukeltos kraujagyslių komplikacijos nustatomos taikant klinikinę apžiūrą ir specializuotus diagnostinius tyrimus. Smulkiųjų kraujagyslių pažeidimai vertinami atliekant akies dugno ir šlapimo tyrimus bei neurologinius jutimo testus. Tuo metu stambiųjų kraujagyslių pažeidimai nustatomi matuojant kulkšnies ir žasto indeksą, atliekant kraujagyslių echoskopiją ar angiografinius tyrimus. Širdies ir galvos kraujotakos sutrikimai diagnozuojami taikant echokardiografiją ar kompiuterinės tomografijos ir magnetinio rezonanso angiografiją.

**Plačios gydymo galimybės**

Diabeto pažeistų arterijų ir negyjančių opų gydymas orientuotas į kraujotakos atkūrimą, simptomų kontrolę ir žaizdų gijimo skatinimą, derinant gyvenimo būdo pokyčius, medikamentinį gydymą, minimaliai invazines procedūras ir chirurgines intervencijas.

„Pirmasis žingsnis yra griežta cukraus kiekio kraujyje kontrolė, padedanti sustabdyti tolesnį kraujagyslių pažeidimą. Svarbi ir kraujospūdžio bei cholesterolio kontrolė, pasitelkiant statinus ir antihipertenzinius preparatus. Gali būti taikomos ir minimaliai invazinės procedūros: susiaurėjusių arterijų rekanalizacija, išplėtimas balionu, stentavimas, ar chirurginės intervencijos, pavyzdžiui, šuntavimas. Sunkiais negyjančių opų ar gangrenos atvejais kartais prireikia amputuoti pirštą, pėdą ar koją“, – Vilniaus plataus profilio klinikos „Meliva“ gydytoja kraujagyslių chirurgė V. Mosenko.

Sumažinti kraujagyslių komplikacijų tikimybę padeda ir sveikatai palanki mityba, kurioje gausu grūdinių kultūrų, vaisių, daržovių, liesų baltymų ir sveikųjų riebalų. Taip pat reguliarus fizinis aktyvumas (bent 150 minučių per savaitę) ir rūkymo atsisakymas. Ne mažiau svarbūs ir reguliarūs medicininiai patikrinimai – akies dugno, inkstų funkcijos tyrimai bei pėdų apžiūra leidžia laiku pastebėti pakitimus ir užkirsti kelią komplikacijoms. Ypatingą dėmesį pravartu skirti ir pėdų priežiūrai – tinkama higiena ir žaizdų gydymas padeda išvengti infekcijų, negyjančių žaizdų bei gangrenos.

*„Meliva“ – didžiausias privačių sveikatos priežiūros paslaugų tinklas Lietuvoje, valdantis 85 klinikas ir 5 laboratorijas 27 miestuose. Jose dirba daugiau kaip 3 600 aukštos kvalifikacijos specialistų, teikiančių visų medicinos sričių paslaugas. „Meliva“ priklauso pirmaujančiai Suomijos privačiai sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų teikėjai „Mehiläinen“, garsėjančiai pažangiomis skaitmeninėmis sveikatos priežiūros paslaugomis ir aukštais skandinaviškais kokybės standartais.*