



Diabetes og hjerneslag

Personer med diabetes har større risiko for å få hjerneslag enn andre. Det gjelder særlig ved type 2-diabetes, men også ved type 1.

Hva er hjerneslag?

Det vi kaller hjerneslag kan skyldes at en del av hjernen blir skadet fordi en blodåre blir lukket eller ved en blødning i hjernen.

Hjerneinfarkt utgjør omtrent 85 % av slagtilfellene. Et infarkt oppstår hvis det setter seg en propp i en av hjernens blodårer – en ”blodpropp” – som dermed gjør at det ikke kommer nok blod til en del av hjernevevet. Dermed får denne delen for lite oksygen og næring, og hjerneceller blir ødelagt eller skadet. En slik propp kan dannes på stedet, eller den kan komme med blodstrømmen fra et annet sted, vanligvis fra hjertet i forbindelse med hjerteflimmer eller fra forsnævring i halspulsåren.

Hjerneblødning utgjør om lag 10 % av slagtilfellene. En blodåre i hjernen har sprukket, slik at blod siver ut i hjernevevet, og denne blødningen ødelegger hjerneceller.

Hjernehinneblødning utgjør rundt 5 % av slagtilfellene. Da blør det i mellomrommet mellom hinnene som ligger rundt hjernen.

Symptomer

Ved hjerneslag slutter en del av hjernen å virke.

- Lammelse i ansiktet, armen og beinet på én side av kroppen er vanlige tegn på slag.
- Redusert taleevne. Evnen til å snakke kan bli dårlig eller forsvinne helt.
- Synsproblemer. Selv om det ikke er noe galt med øynene, kan en person med slag bli ute av stand til å motta synsinntrykk fra én side.
- Kraftig hodepine. Ved hjerneblødning kan det oppstå kraftig hodepine. Sterk hodepine i bakhodet og nakken er typisk for hjernehinneblødning.
- Sløvheter eller bevisstløshet. Ved store hjerneslag er det vanlig å bli sløv eller bevisstløs.

Forbigående skjev munn, talevansker, svimmelhet, plutselig klønethet, slapphet i en arm (sjeldnere bein) eller synsforstyrrelser som går over i løpet av kort tid, kalles ofte et drypp – eller TIA (Transient Ischemic Attack). Dette betyr forbigående anfall som skyldes dårlig blodforsyning til deler av hjernen. Synsforstyrrelse i form av nedsatt syn på ett øye kan opptre alene eller sammen med andre symptomer på drypp.

Har du først fått ett drypp, er risikoen større for å få hjerneslag og hjerteinfarkt. Derfor er det viktig å ta symptomene på alvor og kontakte lege så raskt som mulig. Undersøkelse og behandling, ofte med blodfortynnende midler, bør settes i gang i løpet av kort tid.

Hvor mange rammes?

Omtrent hver sjettede nordmann vil få hjerneslag i løpet av livet. Hvert år rammes rundt 15 000 personer i Norge av slag. Risikoen for å få drypp eller hjerneslag stiger med alderen og er høyere ved diabetes, høyt blodtrykk (hypertensjon), røyking, overvekt, lite fysisk aktivitet, høyt kolesterol, hjerterytmeforstyrrelser og høyt alkoholforbruk.

Forebygging

Diabetes gir noe økt risiko for hjerneslag, særlig hjerneinfarkt. De med type 2-diabetes har i tillegg oftere høyt blodtrykk, uheldige fettverdier i blodet og overvekt.

For å unngå hjerneslag er god blodsukkerregulering viktig, med det er ikke nok. Sunn kost og daglig fysisk aktivitet er viktig. Lavt saltinntak bidrar til å holde blodtrykket nede, og medikamenter er ofte nødvendig – mot både høyt blodsukker, høyt blodtrykk og uheldige kolesterolverdier. Mange bør også ha behandling for å hindre blodpropp.

Det er godt dokumentert at medikamentene har svært gunstig effekt hos dem som trenger dem – og lite bivirkninger. Røyking har alltid en uheldig virkning, men å røyke er enda farligere for personer med diabetes enn for andre. Be om hjelp hvis du ikke klarer å slutte!

Hvor farlig er hjerneslag?

Tidlig mobilisering og opptrening øker utsiktene til bedring etter et hjerneslag og er en viktig del av behandlingen. Hvor mye av den tapte funksjonen en person kan gjenvinne varierer. Men de fleste klarer å få tilbake i hvert fall noe av funksjonen de mistet i forbindelse med slaget, og mange med små hjerneslag klarer seg svært bra. Det er også færre som dør av hjerneslag i Norge enn tidligere. Hva nedgangen i dødelighet skyldes vet man ikke alt om, men det antas at bedre behandling av risikofaktorer – som høyt blodtrykk, høyt kolesterol, hjerterytmeforstyrrelser og diabetes – spiller en rolle.

Til slutt

Søk lege ved mistanke om drypp. Ved mistanke om hjerneslag, skal pasienten raskest mulig bli undersøkt og eventuelt behandlet. Ring 113.

Dette faktaarket fra Diabetesforbundet er sist oppdatert i januar 2011.