

Utamakan  
kesihatan, ubatan  
dan penjagaan  
berterusan  
kurangkan  
risiko, komplikasi

Oleh Mahani Ishak  
mahani@bh.com.my

**Seorang** daripada lima individu atau 3.9 juta orang berusia 18 tahun ke atas di Malaysia menghidap kencing manis jenis dua (T2DM).

Prevalen ini meningkat kepada 20.8 peratus golongan dewasa berumur 30 tahun ke atas, sekali gus menjejaskan 2.8 juta individu berikutan komplikasi itu termasuk penyakit jantung namun, sering dipandang ringan.

Kajian mendapati pesakit diabetes tahap dua adalah dua hingga empat kali lebih berkemungkinan untuk mengalami kegagalan jantung berbanding seseorang tanpa diabetes.

Di Malaysia, paras glukosa darah yang meningkat menyumbang 10 hingga 11 peratus risiko kegagalan jantung.

Gula dalam darah yang tinggi



# Kaitan diabetes dengan kegagalan jantung

Berita HARIAN (23/12/2021) M18

Gula dalam darah yang tinggi meningkatkan risiko kemasukan ke hospital sebanyak sembilan hingga 15 peratus untuk kegagalan jantung atau punca penyakit kardiovaskular.

Menurut jurnal Jantung Eropah, faktor glukosa darah dan kematian, kemasukan ke hospital dan risiko diabetes pada masa depan pada pesakit dengan sindrom kegagalan jantung akut.

**Pelbagai jenis kegagalan jantung**  
Pengaruh Klinikal, Kegagalan Jantung dan Pemindahan Jantung, Institut Jantung Negara (IJN), Datuk Dr Azmee Mohd Ghazi, berkata lazimnya kegagalan jantung adalah keadaan di mana ia tidak dapat mengepam darah dengan mencukupi ke seluruh badan.

"Keletihan, sesak nafas, batuk atau berdehit (bernafas termengah-mengah) secara berterusan, edema, atau peningkatan kadar denyutan jantung adalah antara beberapa simptom kegagalan jantung.

"Bagaimanapun, terdapat pelbagai jenis kegagalan jantung antaranya, kegagalan jantung sebelah kiri. Kegagalan jantung sebelah kiri boleh dikelaskan kepada dua jenis," katanya.

Katanya, jenis yang pertama adalah jantung menjadi lemah atau (*Heart Failure Reduce*

*Ejection Fraction*) (HFpEF) adalah disebabkan ventrikel kiri tidak mengecut dengan berkesan di samping darah kurang dipam keluar ke badan berbanding jantung yang berfungsi normal.

"Jenis kedua, otot jantung menjadi keras atau *Heart Failure with Preserve Ejection Fraction* (HFpEF) terjadi apabila jantung mengecut secara normal tetapi ventrikel kiri tidak dapat mengendur dan mengisi darah dengan betul semasa pengisian ventrikel," katanya.

**Punca kegagalan jantung**  
Menurut beliau, punca serta faktor yang membawa kepada kegagalan jantung adalah termasuk penyakit jantung iskemik, diabetes, tekanan darah tinggi serta keadaan atau penyakit jantung lain seperti aritmia, kardiomiopati, kecacatan jantung kongenital atau penyakit injap jantung.

"Selain itu, faktor lain yang boleh mencederakan otot jantung adalah penyalahgunaan alkohol atau dadah, HIV/AIDS, gangguan tiroid, terlalu banyak vitamin E dan rawatan untuk kanser seperti radiasi dan kemoterapi.

"Faktor penuaan dan berat badan berlebihan juga meningkatkan risiko penyakit jantung dan

diabetes tahap dua yang boleh menyebabkan kegagalan jantung," katanya.

Jelasnya, individu dewasa berusia 65 tahun ke atas mempunyai risiko kegagalan jantung lebih tinggi disebabkan penuaan dan keadaan kesihatan lain.

"Bagaimanapun, kegagalan jantung adalah biasa pada lelaki dan wanita, walaupun lelaki sering mengalami masalah ini pada usia lebih muda daripada wanita."

"Ini kerana wanita lebih kerap menghidapi HFpEF dan lelaki lebih berkemungkinan menghidapi HFREF," katanya.

**Kaedah rawatan**  
Katanya, kaedah rawatannya adalah bergantung kepada jenis dan tahap keterukannya. Secara umumnya, rawatan biasanya termasuk perubahan gaya hidup yang mengutamakan kesihatan jantung, ubat-ubatan dan penjagaan berterusan.

"Ini kerana sebelum percubaan

klinikal EMPEROR-Preserved, tiada rawatan farmakologi khusus ditunjukkan untuk mengurangkan

kematian dan morbiditi dalam pesakit HFpEF. Namun demikian, beberapa kajian sedang dijalankan," katanya.

Dr Azmee berkata, kira-kira 6.7 peratus rakyat Malaysia hidup dengan kegagalan jantung dan menjadi penyebab penting kemasukan ke hospital iaitu menyumbang kira-kira 6-10 peratus daripada semua kemasukan perubatan akut serta mempengaruhi kemasukan semula hospital di negara ini.

Sementara itu, penyakit jantung iskemik kekal menjadi penyebab utama iaitu 48 peratus kematian di Malaysia dalam tempoh lima tahun lalu berbanding kebanyakan kanser

lain seperti kanser kolorektal (35.5 peratus), limfoma bukan Hodgkin (29.6 peratus) dan kanser payudara (10 peratus).



**Faktor penuaan dan berat badan berlebihan juga meningkatkan risiko penyakit jantung dan diabetes"**

Dr Azmee Mohd Ghazi



info

**Gejala kegagalan jantung**

- Sesak nafas.
- Batuk atau berdehit (termengah-mengah), terutama apabila bersenam

- atau berbaring.
- Kepenatan.
- Bengkak di kaki.
- Naik berat badan.

**Sebab kegagalan jantung**

- Serangan jantung.
- Penyempitan

- saluran darah di jantung yang dikenali sebagai penyakit arteri koronari.
- Tekanan darah tinggi.
- Kencing manis.
- Penyakit injap jantung.
- Masalah tiroid.

- Ritma jantung tidak normal.
- Minuman beralkohol.

