



了解有关心血管疾病和 2 型糖尿病的治疗指南的更多信息。

# KnowDiabetesbyHeart™

## 降低 2 型糖尿病患者的心血管疾病风险

动脉粥样硬化性心血管疾病 (ASCVD) 是 2 型糖尿病患者发病和死亡的主要原因



为了减少 ASCVD, 请考虑 ABC

**A**  
A1C

**B**  
血压

**C**  
胆固醇和甘油三酯

### 对于 **A**

仅降低 A1C 并不能降低 ASCVD



尽可能使用有益于 ASCVD 的降糖药物, 包括 GLP-1RA (如利拉鲁肽、度拉鲁肽和索马鲁肽) 以及 SGLT-2i (如恩格列净、卡格列净和达格列净)

### 对于 **B**

血压治疗目标应个性化, 但对于大多数人来说一般为 <130/<80

#### 治疗

- 生活方式干预, 如健康饮食、补充钾、减少钠摄入量和戒烟、减肥、增加体育锻炼和适量饮酒
- 药物治疗:
  - 如果患有 ASCVD 或白蛋白尿: 从 ACEi 或 ARB 开始
  - 无 ASCVD: 开始服用 ACEi 或 ARB 或 CCB 或利尿剂
  - 如果使用 3 种药物 (包括利尿剂) 仍未达到治疗目标, 请考虑添加 MRA



### 对于 **C**

应在诊断糖尿病时、开始服药或改变剂量后 4-12 周以及每年进行血脂检查

#### LDL 目标:

- 对于一级预防: 建议 40-75 岁的成年人的 LDL (低密度脂蛋白) 为 <70 mg/dL。对 20-39 岁患有糖尿病和其他 ASCVD 风险因素的患者进行治疗是合理的
- 二级预防: <55 mg/dL

#### 治疗

- 生活方式干预, 如减肥、增加体育锻炼、减少饱和脂肪摄入量和戒烟, 以及增加 omega-3 脂肪酸的摄入量
- 药物治疗:
  - 他汀类药物是一级和二级预防的首选药物
  - 依折麦布和 PCSK9i 的附加疗法
  - 建议使用贝特类药物或 EPA (鱼油) 来降低甘油三酯 <150 mg/dL



ACEi = 血管紧张素转换酶抑制剂  
ARB = 血管紧张素受体阻滞剂  
ASCVD = 动脉粥样硬化性心血管疾病

白蛋白尿 = 白蛋白与肌酐比率 ≥ 300 mg/g  
GLP-1RA = 胰高血糖素样肽-1 受体激动剂

MRA = 盐皮质激素受体拮抗剂  
SGLT-2i = 钠-葡萄糖转运蛋白-2 抑制剂

欲了解更多信息, 请访问 [KnowDiabetesbyHeart.org](http://KnowDiabetesbyHeart.org)