

# All About Peripheral Arterial Disease

## Sve o perifernoj arterijskoj bolesti

Toolkit No. 22

Brošura br. 22

### What is peripheral arterial disease? Šta je periferna arterijska bolest?

Peripheral (puh-RIF-uh-rul) arterial (ar-TEER-ree-ul) disease, also called PAD, occurs when blood vessels in the legs are narrowed or blocked by fatty deposits. Blood flow to your feet and legs decreases. If you have PAD, you have an increased risk for heart attack and stroke. An estimated 1 out of every 3 people who have diabetes and are over the age of 50 has this condition. However, many of those with warning signs don't realize that they have PAD and therefore don't get treatment.

Periferna arterijska bolest, PAD, se javlja kada masne naslage suze ili začepi krvne sudove u nogama. Cirkulacija krvi u nogama se smanjuje. Ako imate PAD, povećan vam je rizik od srčanog napada i moždanog udara. Od ove bolesti u prosjeku boluje svaka treća osoba koja ima dijabetes i koja je starija od 50 godina. Mnoge osobe koje imaju simptome bolesti ne shvataju da imaju PAD, te stoga i ne traže liječenje.

### What does diabetes have to do with PAD?

#### Šta dijabetes ima s periferanom arterijskom bolešću?

If you have diabetes, you're much more

likely to have PAD, a heart attack, or a stroke. But you can cut your chances of having those problems by taking special care of your blood vessels.

Ako imate dijabetes, puno ste skloniji perifernoj arterijskoj bolesti, te srčanom ili moždanom udaru. Svoj rizik od ovih problema možete smanjiti ako vodite računa o krvnim sudovima.

### How do I know whether I'm at high risk for PAD?

#### Kako ću znati da li sam izložen visokom riziku od periferne arterijske bolesti?

Just having diabetes puts you at risk, but your risk is even greater if

Izloženi ste riziku samim tim što imate dijabetes, ali rizik vam se povećava ako

- you smoke
- you have high blood pressure
- you have abnormal blood cholesterol levels
- you already have heart disease, or have had a heart attack or a stroke
- you're overweight
- you're not physically active
- you're over age 50
- you have a family history of heart

disease, heart attacks, or strokes

- pušite
- imate visok krvni pritisak
- imate abnormalnu koncentraciju kolesterola u krvi
- već imate oboljenje srca, ili ste imali srčani ili moždani udar
- imate prekomjernu težinu
- niste fizički aktivni
- stariji ste od 50
- imate porodičnu istoriju srčanih oboljenja, te srčanih ili moždanih udara



If you have warning signs of PAD, talk with your health care provider.

Ako imate znakove PAD, razgovarajte sa svojim liječnikom.

You can't change your age or your family history, but taking care of your diabetes and the conditions that come with it can lower your chances of having PAD. It's up to you.

Porodičnu istoriju ili starost ne možete promijeniti, ali ako povedete računa o svom dijabetesu i stanjima koja idu uz njega, možete smanjiti rizik od periferne arterijske bolesti. Na vama je da to učinite.

## **What are the warning signs of PAD?**

### **Koji su znakovi periferne arterijske bolesti?**

Many people with diabetes and PAD don't have any symptoms. Some people may experience mild leg pain or trouble walking and believe that it's just a sign of getting older. Others may have the following symptoms:

Mnoge osobe koje imaju dijabetes i perifernu arterijsku bolest, nemaju nikakve simptome. Neke osobe osjete blagi bol u nogama ili poteškoće s hodanjem i misle kako je to samo znak starenja. Drugi mogu imati neke od ovih simptoma:

- leg pain, particularly when walking or exercising, which disappears after a few minutes of rest
- numbness, tingling, or coldness in the lower legs or feet
- sores or infections on your feet or legs that heal slowly
- bolovi u nogama, naročito kod hodanja ili vježbanja, koji prestaju nakon nekoliko minuta odmora
- utrnulost, peckanje ili hladnoću u donjem dijelu nogu ili u stopalima
- rane ili infekcije na stopalima ili nogama koje sporo zarastaju

## **How is PAD diagnosed?**

### **Kako se dijagnosticira periferna arterijska bolest?**

The **ankle brachial (BRAY-kee-al) index (ABI)** is one test used to diagnose PAD. This test compares the blood pressure in your ankle to the blood pressure in your arm. If the blood pressure in the lower part of your leg is lower than the pressure in your arm, you may have PAD. An expert panel brought together by the American Diabetes Association recommends that people who have diabetes and are over the age of 50 have an ABI to test for PAD. People who have diabetes and are younger than 50 may benefit

from testing if they have other risk factors for PAD.

**Brahijalni indeks gležnja (ABI)** je jedan od testova koji se koristi za dijagnosticiranje periferne arterijske bolesti. Ovim testom se poredi krvni pritisak u gležnjevima s krvnim pritiskom u rukama. Ako je pritisak u donjem dijelu noge niži od pritiska u rukama, moguće je da se radi o perifernoj arterijskoj bolesti. Grupa stručnjaka koju je sastavilo Američko udruženje za dijabetes preporučuje da osobe koje imaju dijabetes i koje su starije od 50 godina obavezno urade ABI test. Za osobe koje imaju dijabetes, a mlađe su od 50, test može biti koristan ako imaju druge faktore rizika za perifernu arterijsku bolest.

These other tests can also be used to diagnosis PAD:

Za dijagnosticiranje periferne arterijske bolesti, koriste se također i ovi testovi:

- **Angiogram** (AN-gee-oh-gram): a test in which dye is injected into the blood vessels using a catheter and X rays are taken to show whether arteries are narrowed or blocked
- **Ultrasound**: a test using sound waves to produce images of the blood vessels on a viewing screen
- **MRI** (magnetic resonance imaging): a test using special scanning techniques to detect blockages within blood vessels
- **Angiogram**: test kod kojeg se boja ubrizgava u krvne sudove pomoću katetera, a potom se prave rendgenski snimci da se vidi da li su arterije sužene ili začepljene
- **Ultrazvuk**: test kod kojeg se koriste zvučni talasi za oslikavanje krvnih sudova na ekranu
- **MRI** (oslikavanje magnetskom rezonancijom): test kod kojeg se koriste

specijalne tehnike skeniranja za otkrivanje začepljenja u krvnim sudovima

## How is PAD treated?

### Kako se liječi periferna arterijska bolest?

People with PAD are at very high risk for heart attacks and stroke; therefore, it is very important that cardiovascular risk factors be managed. Follow these steps:

Osobe koje imaju perifernu arterijsku bolest su izložene visokom riziku od srčanog i moždanog udara; stoga je važno povesti računa o kardiovaskularnim faktorima rizika. Pratite ove upute:

- Get help to quit smoking. Your health care provider can help you.
- Aim for an A-1-C below 7%. The A-1-C test measures your average blood glucose (sugar) over the past 2 to 3 months.
- Lower your blood pressure to less than 130/80 mmHg.
- Get your LDL cholesterol below 100 mg/dl.
- Talk to your health care provider about taking aspirin or other antiplatelet medicines. These medicines have been shown to reduce heart attacks and stroke in people with PAD.
- Nadite pomoć da prestanete pušiti. Vaš liječnik vam može pomoći.
- Nastojte da vam je A-1-C ispod 7%. A-1-C test mjeri prosječnu razinu glukoze (šećera) u krvi u zadnja 2 do 3 mjeseca.
- Snizite pritisak ispod 130/80 mmHg.
- Snizite LDL kolesterol ispod 100 mg/dl.
- Porazgovarajte s liječnikom o uzimanju aspiririna ili drugih antiagregacijskih lijekova. Pokazalo se da ovi lijekovi

smanjuju rizik od srčanog ili moždanog udara kod osoba s perifernom arterijskom bolešću.

Studies have found that exercise, such as walking, can be used both to treat PAD and to prevent it. Medications may help relieve symptoms.

Proučavanja su pokazala da se vježbanje, kao npr. hodanje, može koristiti i za liječenje i za sprječavanje periferne arterijske bolesti. Lijekovi mogu olakšati simptome.

In some cases, surgical procedures are used to treat PAD:

U nekim slučajevima, za liječenje periferne arterijske bolesti se koriste hirurške procedure:

- **Angioplasty, also called balloon angioplasty:** a procedure in which a small tube with a balloon attached is inserted and threaded into an artery; then the balloon is inflated, opening the narrowed artery. A wire tube, called a stent, may be left in place to help keep the artery open.
- **Artery bypass graft:** a procedure in which a blood vessel is taken from another part of the body and is attached to bypass a blocked artery.
- **Angioplastija, poznata i kao balon angioplastija:** procedura pri kojoj se mala cjevčica s balonom umeće u arteriju; zatim se balon naduva otvarajući tako suženu arteriju. Žičana cjevčica ili stent se mogu ostaviti u arteriji da je čuvaju otvorenom.
- **Arterijsko premošćenje:** procedura pri kojoj se uzima krvni sud iz drugog dijela tijela, te spaja i premošćuje začepljenu arteriju.

### Real-Life Stories from People with Diabetes

Last summer my leg muscles had been hurting, even when I walked a short distance. The pain would stop when I rested, but then it would come back. At first, I thought it was just old age. I told my health care team about the pain and also mentioned that there was a sore on my foot that wasn't healing. They did some tests and said I had PAD. Now the pain is gone—I'm taking pills for the PAD and I go for a walk almost every day.

Sylvia P., age 60 • type 2 diabetes

### Istinite priče ljudi s dijabetesom

Prošlo ljeto bolili su me mišići nogu, čak i kada sam kratko hodala. Bol bi prestala nakon odmaranja, ali bi se ponovo vratila. Prvo sam mislila da je od starosti. Rekla sam svom liječniku da me bole noge i također sam spomenula ranu na stopalu koja nikako ne zarasta. Liječnik je napravio neke testove i rekao mi da imam PAD. Sad me više ne bole noge – uzimam lijekove za PAD i šetam gotovo svaki dan.

Sylvia P., 60 godina • dijabetes tipa 2



American Diabetes Association 1-800-DIABETES (342-2383)

[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

©2004 by the American Diabetes Association, Inc. 03/04