

+ Dialyse



Voetverzorging bij
Diabetes Mellitus



Wat kan gebeuren met uw voeten als u diabeet bent??

Door ongecontroleerde diabetes kunnen de bloedvaten en de zenuw-vezels in uw voeten beschadigd raken. Er stroomt dan minder bloed naar uw voeten. U krijgt minder gevoel in uw voeten en daardoor kunt u ongemerkt wondjes en blaren oplopen. Wondjes genezen minder snel en kunnen gemakkelijk infecteren. Ook kunnen er druk- en eeltplekken ontstaan. Vaak ontstaat er onder deze plekken een ontsteking.

Wat is een diabetische voet?

Een ander woord voor bepaalde specifieke voetproblemen bij mensen met diabetes mellitus is de "diabetische voet". Bij iemand die aan diabetes lijdt is de kans groot dat er problemen ontstaan met de voeten. Dit door gevolg van verminderde doorbloeding en zenuwstoringen. De zenuwen raken beschadigd omdat de bloedglucose te vaak te hoog is geweest. Dit leidt tot minder gevoel in de voeten. Pijnprikkels worden niet meer gevoeld en wondjes dus niet meer opgemerkt. Een simpel wondje kan ongemerkt uitgroeien tot een ontsteking en een zweer.

Dit noemen we een diabetische voet.

Voetverzorging

Als u een van de volgende verschijnselen opmerkt, moet u dat bij de volgende dialyse behandeling melden:

- Controleer uw voeten op wondjes, kloofjes of blaren (ook tussen de tenen)
- Zorg dat u uw voeten goed droogt na het douchen, vooral tussen de tenen (niet te hard wrijven)
- Knip de nagels recht af en niet te kort, zodat de zijkanten van de nagels niet in de groeien
- Smeer de voeten in (bijv. Met een beetje baby olie of crème) zodat de huid niet uitdroogt
- Draag wollen of katoenen sokken (zonder dike naden) en verschoon deze dagelijks
- Zorg voor goed passende schoenen (dat vermindert de kans op blaren, likdoorns en eeltplekken)
- Controleer de binnenkant van uw schoenen op oneffenheden (zoals een steentje of een opgerolde binnenzool)
- Let op dat u geen hete kruik gebruikt, want daardoor kunnen brandblaren ontstaan
- Zorg voor voldoende beweging; voetgymnastiek stimuleert de doorbloeding van uw voeten.

Als u moeite heeft met de voetverzorging kan een diabetes pedicure u daarbij helpen.

Let op!

Als u een van de volgende verschijnselen opmerkt, moet u dat bij de volgende dialyse behandeling melden:

- Nieuwe eeltplekken
- Verkleuring (wit, blauw, rood) of koud aanvoelen van de huid
- Overgevoeligheid voor zelfs lichte druk
- Doof gevoel in de voeten
- Een verwondering waar u niets van heeft gevoeld
- Ongevoeligheid voor warmte of kou
- Tintelingen of krampen in een voet of been
- Pijn in uw benen tijdens het lopen, die bij stilstaan weer verdwijnt

Voetscreening op de dialyse

Op de dialyse afdeling van de Dr. Horacio E. Oduber Hospitaal gaan wij uw voeten elke maand controleren. Dit controle heet voetscreening. Aan de hand van een formulier worden 16 stappen gevolgd. Door de verschillende stappen in de voetscreening te doorlopen kunnen wij vroegtijdig oneffenheden ontdekken en vroegtijdig ingrijpen.

Gedurende een maand kan toch veel gebeuren en daarom zou u ook toch zelf elke dag uw voeten moeten controleren en optijd aan melden op de afdeling als er veranderingen aan uw voeten zijn

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen kunt u dit aan een van de medewerkers stellen.

Voor meer informatie neem contact met:

Dr. Horacio E. Oduber Hospitaal
Dr. Horacio E. Oduber Boulevard #1
www.arubahospital.com

Dialyse kliniek

Tel: 583 6952/ 583 6958/ 583 0047