

Wereldwijd lijden meer dan 250 miljoen mensen aan diabetes. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat één op de vier diabetespatiënten vroeg of laat te maken krijgt met voetproblemen.

Welke complicaties kunnen optreden?

Als u diabetes heeft, kunnen er veranderingen optreden in (de werking van) uw lichaam. De volgende veranderingen kunnen zich voordoen:

Neuropathie

Neuropathie is een beschadiging van de zenuwen. Als uw zenuwen beschadigen, kan er ongemerkt een verminderd gevoel ontstaan. U voelt bijvoorbeeld een te warm voetenbad, door de zon verhitte tegels, steentjes of drukplekjes in uw schoen niet meer. Hierdoor kunnen (zelfs onder eelt!) ongemerkt wondjes ontstaan die moeilijk genezen.

Standafwijkingen

Als bepaalde zenuwen uitvallen, gaan uw kleine voetspieren slecht werken.

Overheersing van de onderbeen spieren kunnen dan leiden tot eelt, blaren en wonden.

ProVoet

Provoet is de landelijke brancheorganisatie voor pedicures. Zij bevordert de kwaliteit van voetverzorging en het beroep (medisch) pedicure. ProVoet pedicures beschikken altijd over een erkend diploma en werken volgens strikte hygiënische richtlijnen. Uw voeten zijn bij hen in goede handen.



Voetenpraktijk
Ieberenhoeve

Diabetes en voeten

Mary Beerepoot
Pedicure/Verpleegkundige
Elperstraat 14
9443TL
Schoonloo
06
22681599
voetenpraktijk@ieberenhoeve.nl
www.voetenpraktijk.ieberenhoeve.nl
e.nl



Verminderde doorbloeding



Met diabetes heeft u een grote kans op een verminderde doorbloeding van en naar de voeten. Hierdoor ontstaat een verminderde toevoer van zuurstof en voedingsstoffen naar uw voet. De huid gaat daardoor sneller kapot en wondjes genezen langzaam of zelfs niet.

Limited Joint Mobility

Bij limited joint mobility is de mobiliteit van uw voetgewrichten beperkt. Hierdoor ontstaan beschadigingen aan de zenuwen. Dit kan tot gevolg hebben dat de stand van uw voet verandert en dat uw gewrichten minder beweeglijk worden. Drukklasten ontstaan hierdoor sneller.



Infectie

Met diabetes bent u vatbaar voor infecties zoals schimmelinfecties van de huid en/of nagels

Eén of meer van bovengenoemde factoren veroorzaken problemen zoals een kwetsbare huid, overmatige eeltvorming en wondjes. Uiteindelijk kunnen deze problemen leiden tot amputaties. Preventie is daarom van groot belang.

Screening van de voeten

Het is belangrijk om uw voeten regelmatig te laten controleren. Dit wordt voetscreening genoemd. Dit kan door de huisarts, podotherapeut of medisch pedicure gedaan worden.



Inspectie

De medisch pedicure controleert uw huid op temperatuur, druk- en eeltplekjes en beoordeelt de stand van de voeten.

Heeft u een afwijkende stand of druk- en eeltplekken? Dan kan de medisch pedicure u adviseren en zonodig behandelen.

Gevoel

Met een stemvork en een monofilament (een soort kunststof draadje) onderzoekt de medisch pedicure het gevoel in uw voeten. Zo wordt bepaald of het gevoel is verminderd.

Doorbloeding

Uw bloedvaten worden gecontroleerd op een goede doorbloeding.

Mobiliteit gewrichten

Het is belangrijk om de beweeglijkheid van uw voeten te testen. Een beperkte mobiliteit van gewrichten leidt namelijk tot een afwijkend afwikkelpatroon van de voet. Dit zorgt voor een toename van druk bij stijve gewrichten, bijvoorbeeld onder de grote teen. De medisch pedicure onderzoekt of u de gewrichten vrij kunt bewegen.

Voetverzorgingsadvies

Informatie over een optimale verzorging van uw voeten om wondjes te voorkomen en bestaande wondjes goed te laten genezen.

Schoenadvies

De schoen moet geschikt zijn voor uw voeten en de juiste pasvorm hebben.

Behandeling

De medisch pedicure verzorgt de nagels, ingroeiende nagels en behandelt dikke of schimmelnagels. Overtollig eelt en likdoorns worden verwijderd.



Belangrijk om te weten

Het is verstandig eelt, likdoorns en moeilijk te knippen nagels niet zelf te verzorgen. Het is beter om aan een medisch pedicure in te schakelen.

- Loop nooit op blote voeten
- Controleer altijd uw schoenen voordat u ze aantrekt of er geen steentjes o.i.d. in zitten
- Onderzoek iedere dag uw voeten op rode plekjes, blaren of wondjes. Geneest een wondje niet binnen 7 dagen? Raadpleeg dan uw huisarts of podotherapeut
- Zorg voor passende schoenen en sokken zonder naden en stiksel.