

Ο Σακχαρώδης Διαβήτης είναι μια πολυσυστηματική νόσος που



προσβάλλει σχεδόν όλα τα συστήματα του οργανισμού.

Η Παθολόγος Διαβητολόγος Ευαγγελία Ουρανού μας δίνει σημαντικές πληροφορίες σε ότι αφορά το Διαβητικό πόδι.

Από τις κυριότερες επιπλοκές του είναι η διαβητική νευροπάθεια και η περιφερική αγγειακή νόσος. Απότοκος αυτών είναι η δημιουργία του διαβητικού ποδιού.

Το διαβητικό πόδι χαρακτηρίζεται από την ύπαρξη εξέλκωσης, που συνήθως συνοδεύεται από καταστροφή εν τω βάθει ιστών και επιλοίμωξη της άκρας ποδός του διαβητικού ασθενή.

Ο διαβητικός ασθενής με νευροπάθεια χάνει σταδιακά την αίσθηση του πόνου, της αφής, της πίεσης, του κρύου-ζεστού. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να είναι επιρρεπής σε μικροτραυματισμούς και εγκαύματα, βλάβες τις οποίες αργεί να αντιληφθεί στις περισσότερες των περιπτώσεων. Επακόλουθο αυτών των τραυματισμών είναι η δημιουργία ελκών, που σε συνδυασμό με την μειωμένη αιμάτωση που προκαλεί η περιφερική αγγειακή νόσος, μπορεί γρήγορα να εξελιχθεί σε εκτεταμένη βλάβη, νέκρωση, γάγγραινα με κατάληξη τον ακρωτηριασμό. Κάθε χρόνο περίπου το 5%-10% των ασθενών με διαβήτη θα παρουσιάσει κάποια

βλάβη στα κάτω άκρα. Η μέση επίπτωση των ακρωτηριασμών σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη είναι 4 περιπτώσεις ανά 1000 ανά έτος. Δηλαδή στην Ελλάδα όπου ο διαβήτης παρουσιάζει συχνότητα 6-8%, γίνονται ετησίως περίπου 2500 ακρωτηριασμοί.



Σημαντικό βήμα στη μείωση εμφάνισης του διαβητικού ποδιού - και κατ' επέκταση στον περιορισμό των ακρωτηριασμών - αποτελεί η πρόληψη. Οι διαβητικοί ασθενείς θα πρέπει να έχουν υπόψη τους ορισμένες βασικές οδηγίες που θα μειώσουν τους τραυματισμούς στα κάτω άκρα και άρα τη δημιουργία ελκών.

- Δεν περπατάμε ξυπόλυτοι
- Ελέγχουμε πάντα τη θερμότητα του νερού στο μπάνιο
- Δεν βάζουμε τα πόδια μας κοντά σε θερμάστρες- θερμαντικά σώματα
- Φοράμε άνετα παπούτσια και κάλτσες που δεν πιέζουν το πόδι
- Ελέγχουμε σχολαστικά τα παπούτσια πριν τα φορέσουμε για τυχόν παρουσία ξένων σωμάτων
- Σχολαστικό πλύσιμο και στέγνωμα των ποδιών καθημερινά
- Καθημερινός έλεγχος των κάτω άκρων για την ανακάλυψη τυχόν εξελκώσεων, μικροτραυματισμών

Σε πολλά δημόσια και ιδιωτικά νοσοκομεία λειτουργούν ιατρεία εξειδικευμένα για το διαβητικό πόδι. Κάθε διαβητικός ασθενής θα πρέπει να εξετάζεται από ειδικό ετησίως όσον αφορά στα κάτω άκρα. Επιπλέον να απευθύνεται στον ειδικό σε περίπτωση που διαπιστώσει οποιαδήποτε βλάβη στα κάτω άκρα.

stogiatro.gr