

Behandeling van een diabetische voet

U bent als patiënt met diabetes onder behandeling van uw huisarts en/of diens praktijkondersteuner. Op basis van voetonderzoek in de huisartspraktijk wordt vastgesteld in welke mate u risico loopt om een wond in de huid van uw voet te ontwikkelen. Afhankelijk hiervan wordt bepaald hoe vaak u op controle moet komen en of u onder behandeling van de huisarts en/of diens praktijkondersteuner blijft, of wordt doorverwezen naar een medisch pedicure of pedicure met de aantekening diabetische voet.

Heeft u een diabetische voet en ontstaat er een wond of infectie aan de voet? Neem dan gelijk contact op met uw behandelaar.

Vergoeding

De behandeling door de huisarts en/of diens praktijkondersteuner valt onder de basisverzekering. De huisarts kan u voor behandeling doorverwijzen naar een medisch pedicure of pedicure met de aantekening diabetische voet. Als u wilt weten of deze behandeling wordt vergoed, bekijk dan de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering.

De informatiefolder voor patiënten met suikerziekte en mantelzorgers is een uitgave van de Stichting Transmurale Zorg Den Haag e.o.

Loosduinseweg 55
2571 AA Den Haag
070-7000077
info@transmuralezorg.nl
www.transmuralezorg.nl



Stichting Transmurale Zorg Den Haag en omstreken

Diabetische Voet



**Informatiefolder
voor patiënten met
suikerziekte en
mantelzorgers**

Wat is een diabetische voet?

Bij iemand die aan diabetes lijdt, ook wel diabetes mellitus of suikerziekte genoemd, is de kans groot dat er problemen ontstaan met de ogen, de nieren en met de voeten. Als zich afwijkingen voordoen aan de voet die het gevolg zijn van diabetes, noemt men dat een diabetische voet. Door diabetes kan de bloedsomloop in de benen en voeten verminderen, het gevoel in de voeten kan verminderen of uitvallen en de voeten kunnen van stand veranderen. De voeten van diabetespatiënten kunnen dus extra kwetsbaar zijn.

Waarom herkent u tekenen van een diabetische voet?

- *Niet genezende wond.* Door een verminderde bloed- en zuurstoftoevoer, genezen wondjes aan de voeten minder goed.
- *Verminderd gevoel in de voet.* Door een beschadiging van de zenuwen als gevolg van diabetes, kan het gevoel in de voeten verminderen of volledig uitvallen. Hierdoor worden wondjes vaak (te) laat opgemerkt. Deze kunnen vervolgens weer moeilijk genezen of gaan infecteren. Ook het tijdig signaleren van veranderingen als overmatige eeltvorming wordt lastiger.
- *Droge, schilferige huid met kloven.* Ten gevolge van een zenuwbeschadiging kan de huid erg droog worden, schilferen en kloven gaan vertonen.
- *Regelmatig voorkomen van infecties.* Patiënten met diabetes hebben een verlaagde weerstand en hun voeten zijn hierdoor gevoeliger voor infecties. Hiertoe behoren onder andere schimmelinfecties en kalknagels.
- *Verandering van de stand van de voet.* Diabetes kan uitval van de kleine voetspieren veroorzaken, met als gevolg standsveranderingen van de voet. Door problemen met de suikerstofwisseling kunnen de voetgewrichten stijf worden en minder goed functioneren. Dit geeft een groter risico op overmatige eeltvorming, dat weer kan leiden tot wondjes onder het eelt.

Hoe kunt u zelf een diabetische voet helpen voorkomen?

Wanneer u uw voeten dagelijks goed verzorgt, kunt u veel voetproblemen voorkomen. Voor een goede voetverzorging gelden de volgende adviezen:

- Controleer uw voeten dagelijks op wondjes, kloofjes of blaren (ook tussen de tenen).
- Was uw voeten dagelijks met lauw water en weinig zeep, gebruik geen voetenbadjes.
- Droog natte voeten goed af, vooral tussen de tenen (niet te hard wrijven).
- Laat uw nagels regelmatig knippen door een medisch pedicure of pedicure met de aantekening diabetische voet om wondjes te voorkomen.
- Smeer de voeten dagelijks in (bijvoorbeeld met een beetje lotion of hydraterende crème) zodat de huid niet uitdroogt.
- Draag wollen of katoenen sokken zonder dikke naden en verschoon deze dagelijks.
- Loop nooit op blote voeten.
- Draag niet te nauw gesloten schoenen en laat eelt en likdoorns professioneel behandelen door een medisch pedicure of pedicure met de aantekening diabetische voet.
- Controleer de binnenkant van uw schoenen dagelijks op oneffenheden, zoals een spijkertje of een opgerolde binnenzool.
- Let bij de aankoop van nieuwe schoenen op de stiksels aan de binnenzijde van de schoenen. Koop schoenen aan het einde van de dag, dan zijn uw voeten al wat opgezet.
- Wissel zo mogelijk dagelijks van schoenen.
- Voorkom overbelasting en langdurige druk op dezelfde plekken van uw voet.
- Gebruik geen hete kruiken, want daardoor kunnen brandblaren ontstaan.
- Laat uw voeten minstens eenmaal per jaar onderzoeken door een daartoe geschoolde zorgverlener, bijvoorbeeld uw huisarts.

Als u moeite heeft met de voetverzorging kan een medisch pedicure of pedicure met de aantekening diabetische voet u daarbij helpen.