

*Forebygging og behandling av diabetes- sår.
Diabetes sykepleier Kirsten Schulz.*



Det begynner med.....

- Kunnskaper - fokus !
- Opplæring til egenomsorg er en del av behandlingen.
- Må være basert på individuell tilpasning!



Diabetes og føtter

- FOTSÅR.
- AMPUTASJONER.
- INFEKSJONER.
- SOPPDANNELSER.



Diabetes og føtter

- HVORFOR ER DETTE VIKTIG ??
- - kostbart målt i materielle utgifter(personell, tid, penger, utstyr)
- - fører til nedsatt livskvalitet for pasienten(smerter, kramper, infeksjoner..)
- - hyppighet 20 til 30 %

Føtter og diabetes

- Diabetes nervesykdom (nevropati)
- - nedsatt følelse
- - nummenhet, ”katte-poter”
- - ustø gange
- - feilstillinger (Charcot- foten)

Nevropatiske sår

- Opptrer oftest på punkter der det blir mekaniske trykk.
- Foten er varm og virker velsirkulert
- Hud-sprekker eller ytre skader legger veien åpen for mikroorganismer som kan føre til infeksjon.



Diabetes og føtter

- NEDSATT
BLODFORSYNING(mikrovaskulært)

Kjennetegn

- Tynn hud med lite hår
- Hard hud med sprekker og rifter,
- Deformerte, sprø negler,
- Leggkramper og hvilesmerter, ofte om natten,

- Koldbrann, oftest hallux (stortå), ytterst på tærne og langs fotranden
- Ischemiske sår oppstår som oftest langs fotens rand, spesielt distalt på tærne eller under neglene

Diabetes og føtter

- Ofte en kombinasjon av nedsatt følelse og nedsatt sirkulasjon:
- Trykksår
- Infeksjoner
- - forsinker reparasjonsprosessen og infeksjonsforsvaret ved etablerte sår
- Høyt blodsukker over tid, samt forhøyede nivåer av frie fettsyrer hemmer naturlige mekanismer for sårtilhæling)

Diabetes og føtter

- OBS!
- Ved mistanke om Charcotfot skal pasienten umiddelbart henvises til spesialisthelsetjenesten.
- Kjennetegn: plustelig forandring av fotbuen.
- Pasienten kan oppleve smerter, tross nevropati.
- Behandle med avlasting. Fare for trykk sår!!

Diabetes og føtter

- Hvordan forebygge trykk sår og amputasjoner?
- Regelmessig kontroll av blodsukkeret.
- - blodsukkerkurver fra pasientene
- - Hba1c

Diabetes og føtter

- ÅRLIG INSPEKSJON AV FØTTENE!!

Føtter og diabetes

- Ved hver konsultasjon:
- - spørre pasienten om endringer
- - hevelser, smerter, sår/rifter
- - sko og sokkevalg
- - fokus på daglig hygiene og vaner.

Diabetes og føtter

- En gang hvert år:
- Monofilament -test
- Vibrasjonstest
- Smerte-test
- Puls-test
- Inspeksjon, kan være oftere.

Diabetes og føtter

- NB!!
- I ET TIDLIG STADIUM AV SÅRUTVIKLING ER TRE AV TI DIABETIKERE IKKE KLAR OVER AT DE HAR ET FOTSÅR!!

Diabetes og føtter

- -trykk mot stortåballen og plantart på 1., 2., og 3. metatarsalhode på begge føtter.
- Nedsatt følelse hvis pasienten ikke merker berøringen på ett eller flere av de 8 punktene.
- (noen undersøker også på flere punkter)

Diabetes og føtter

- VIBRASJONSTEST
- Dorsalt på stortåen, rett proksimalt for neglesengen.
- Kan bruke stemmegaffel.

Diabetes og føtter

- SMERTE-TEST.
- Med skarp gjenstand(sikkerhetsnål. Binders, kanyle)
- På stortåen proksimalt for neglesengen.
- Spør om det gjør vondt, ikke om pasienten kjenner det!!

Diabetes og føtter

- PULS TEST.
- Enkle undersøkelser: følbar puls a. dorsalis pedis, eller andre steder, f.eks ved ankel
- Blodtrykksmåling med Doppler- måling (ultra-lyd)

.....og slutter med...

- - undersøk føttene en gang årlig, oftere ved behov.
- - opplæring i stell av føttene: hel hud beskytter mot infeksjon!!
- - blodsukker- kontroll
- - unngå røyking
- - henviser sår til behandling.

Diabetes og føtter

- Samarbeids-partnere:
- Fotterapeuter
- Ortopedingeniører
- Sår-poliklinikk
- diabetespoliklinikk



FELLES MÅL

- FOREBYGGE SÅR OG AMPUTASJONER
- REGULERE DIABETES
- BEHANDLE SMERTER
- HELHETLIG TENKNING
- GOD KOMMUNIKASJON



TAKK FOR OPPMERKSOMHETEN!



Foto: Privat