

## **ZALECENIA PROFILAKTYCZNE I HIGIENICZNE**

### **W ZESPOLE STOPY CUKRZYCOWEJ**

Zespół stopy cukrzycowej to infekcja, owrzodzenie, destrukcja tkanek głębokich, kości, stawów, w połączeniu z zaburzeniami lub zanikiem czucia w obrębie stóp, poniżej kostki. Występuje u 10-15% osób chorych na cukrzycę i jest bardzo trudne do leczenia.

Objawy przy stopie cukrzycowej:

- ból kończyn dolnych,
- obrzęk,
- skurcze mięśni,
- skóra łuszcząca, sina,
- paznokcie zdeformowane,
- zaburzenia czucia.

**ZALECENIA PRZY WYPISIE ZE SZPITALA:**

- regularna kontrola stóp,
- codzienna pielęgnacja (mycie pod bieżącą wodą o temperaturze pokojowej, dokładne osuszanie, zwłaszcza między palcami, skracanie paznokci),
- odpowiedni dobór obuwia,
- kontrola glikemii,
- dieta cukrzycowa,
- przestrzeganie zaleceń lekarza (zażywanie zaleconych leków),
- kontrola w poradni chirurgicznej celem, oceny rany i zmiany opatrunku,
- oszczędzający tryb życia.