

زخم پای دیابتی :

عفونت زخم پای دیابتی یک مشکل شایع و بالقوه جدی در افراد دیابتی می باشد که می تواند منجر به ناتوانی و قطع عضو شود زخم پای دیابتی معمولاً از زخم شدن پوست در اثر مشکل عصبی محیطی و یا از زخم ناشی از ضربه به وجود می آید. عفونت معمولاً شامل یک یا چند باکتری است و می تواند به بافت های مجاور از جمله استخوان سرایت کند .

اعصاب شما مانند سیم های انتقال دهنده پیام عصبی از مغز به اندام ها عمل می کنند و به آن ها دستور انجام فعالیت های مختلف را می دهند.

دیابت معمولاً به مغز و نخاع آسیب نمی زند، اما وجود قند زیاد در خون برای مدت زمان طولانی، به سیستم عصبی محیطی آسیب می رساند و بدین ترتیب می تواند به بازوها، دستها ، ساق و خود پا آسیب برساند .

فشار مکرر و مداوم روی برجستگی های استخوانی در بیماران دیابتی باعث ایجاد تاول می شود .

از دست دادن پوست همراه با درگیری عروق محیطی و سیستم ایمنی ضعیف، محیطی مناسب جهت رشد میکروب ها و ایجاد عفونت است .

محل های شایع زخم



عوامل تشدید کننده زخم پای دیابتی :

۱- دیابت بیش از ده سال

۲- کنترل ضعیف قند خون

۳- کاهش حس درد و حس لمس پا

۴- تغییر رنگ پا و کبودی در اثر تنگی عروق محیطی

اگر هریک از علائم فوق را دارید، مراقب باشید، زیرا به دلیل کاهش حس ممکن است بدون اینکه متوجه شوید پا بر روی جسمی بگذارید و مجروح شوید که این خود منجر به عفونت خواهد شد

راه های پیشگیری و مراقبت :

➤ بررسی روزانه پاها از نظر وجود گرمی، زخم، قرمزی، حساسیت، تورم و خروج ترشحات چرکی از محل زخم، بوی بد زخم و تغییر شکل و مراجعه به پزشک در صورت وجود حداقل ۲ مورد از موارد ذکر شده

➤ شستشوی روزانه پاها با آب ولرم و صابون

➤ مراجعه به پزشک در صورت وجود هرگونه زخم یا تغییرات استخوانی

➤ خشک کردن لای انگشتان بعد از هر بار شستشو، به دلیل عفونت قارچی و چرب کردن با وازلین یا روغن زیتون جهت پیشگیری از خشکی و ترک پا و عدم استفاده از وازلین در بین انگشتان پا به دلیل رشد قارچ و ایجاد عفونت

➤ عدم راه رفتن با پای برهنه در منزل و استفاده از دمپایی رو فرشی جهت جلوگیری از خراشیدگی و زخم پا

➤ چکاب منظم آزمایشات اوره خون، کراتینین و قند خون



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام علی (ع) شهرستان بجنورد

زخم پای دیابتی



تهیه کننده :

پریسا بهشتی (پرستار)

فاطمه گلستانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

بازنگری : بهار ۱۴۰۴

❖ ورزش روزانه پا

❖ پرهیز از کشیدن سیگار

❖ مراجعه به پزشک جهت معاینه و امتحان حس پا

❖ جهت گرم کردن پاها استفاده از جوراب نخی کلفت

و عدم گرم کردن پا کنار بخاری به دلیل از دست رفتن حس لمس و ایجاد سوختگی



بیمارستان امام علی (ع)

بجنورد، خیابان شهریار، مقابل دانشگاه آزاد

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره تلفنهای زیر

تماس بگیرید:

تلفن: ۰۵۸۳۱۵۱۱۶۰۷

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان به آدرس زیر مراجعه

کنید:

WWW.NKUMS.ac.ir

نکاتی در مورد انتخاب کفش و جوراب

بیماران دیابتی:

❖ بدون جوراب کفش نپوشید و کفشتان از جنس چرم نرم و کاملاً اندازه پایتان باشد

❖ قبل از استفاده طولانی مدت، کفش نو خود را در منزل بپوشید و به طور متناوب با کفش های قبلی آن را تعویض کرده تا جا باز کند

❖ انتخاب کفش بدون تماس با قوزک پا و پرهیز از پوشیدن کفش های جلو باز

❖ انتخاب کفش با پاشنه در حدود ۲ تا ۳ سانتی متر عدم استفاده از کفش با پاشنه خیلی بلند و یا کاملاً تخت

❖ استفاده از جوراب های نخی و شستشوی روزانه

❖ جهت گرم کردن پاها استفاده از جوراب نخی کلفت و عدم گرم کردن پا کنار بخاری به دلیل از دست رفتن حس لمس و ایجاد سوختگی

❖ کوتاه کردن ناخن ها به طور صاف و عدم گرفتن گوشه آن