

زخم پای دیابتی چیست و چگونه باید از آن

مراقبت کنیم ؟

تعریف دیابت :

دیابت یک بیماری مزمن است ، اگر به دیابت مبتلا هستید بدین معنی است که یا انسولین کافی ندارید و یا انسولین موجود در بدن شما عملکرد صحیحی در انتقال قند به درون سلولها ندارد و همه این موارد منجر به افزایش سطح قندخون می گردد . از نشانه های رایج دیابت شامل تکرر ادرار ، تشنگی ، افزایش گرسنگی ، احساس گزگز یا کرختی در دست و پا ، تاری دید و فقدان تمرکز می باشد . با بهره گیری از دستورات پزشکان و کادر سلامت عوارض بیماری دیابت تا حدود زیادی قابل کنترل بوده و با پیشرفت تکنولوژی به آینده درمان امید بیشتری وجود دارد .

عوارض دیابت :

عوارض زودرس :

- 1- افزایش شدید قندخون و کمای دیابتی
- 2- کاهش قندخون و گرسنگی ، سردرد مکرر
- 3- اختلال آب و الکترولیت بدن

عوارض دیررس :

- عارضه چشمی
- درگیری کلیوی (نفروپاتی)
- آسیب دیدگی اعصاب (نوروپاتی)
- بیماری های قلبی - عروقی
- عفونت های قارچی بین انگشتان
- ایجاد کالوس (بافت مرده) در اندام

زخم پای دیابتی :

این زخم ها اغلب به دلیل دو یا چند عامل خطر ایجاد می گردد . در این عوامل ایجاد کننده زخم، آسیب اعصاب محیطی بدن

(اندام) و بیماری عروقی محیطی ناشی از دیابت نقش اصلی را ایفا می کنند .

هرگونه آسیب به ویژه در پاها که در معرض خطر بیشتر قرار دارند به دلیل نداشتن احساس درد کافی و به علاوه آسیب مزمن عروق اندام ممکن است باعث پیشرفت و ایجاد زخم گردد . در افراد طبیعی پس از هرگونه آسیب به دلیل درد ناشی از آن بیمار متوجه و نسبت به پیشگیری از آسیب مجدد و یا انجام درمان مناسب اقدام می نماید.

نکته مهم : در بیماران دیابتی کاهش این گونه مراقبت ها است و متأسفانه بیماران زمانی به پزشک مراجعه نموده که قسمت وسیعی از بافت اندام دچار آسیب گردیده است . اغلب بیماران در ابتدا بازخیم های کوچک و قابل درمان روبرو گردیده اما عدم مراجعه جهت دریافت درمان و به علاوه فقدان پیشگیری مناسب ، باعث گسترش زخم می گردد .

علائم آسیب پای دیابتی:

تغییر رنگ ، گرمی اندام ، ورم ، درد در ساق پا ، زخم یا تاول با ترشحات ، بافت مرده یا کالوس ، بوی بد پاها که برطرف نمی گردد .

عوارض جدی زخم پای دیابتی:

- عفونت پوست و یا استخوان
- آبسه
- تغییر حالت اندام و مفصل (دفورمیتی)
- آسیب مچ پا (مفصل شارکو) در اثر پیچیدگی مفصل
- حین حرکت و آسیب قبلی مکرر مفصل
- عفونت گسترده که می تواند به سرعت ساق و حتی ران بیمار را درگیر و تهدیدکننده حیات باشد .

✚ *قطع عضو، از وسعت درگیری انگشتان تا قطع یک اندام در اثر تاخیر در درمان و یا عدم رعایت بهداشت زخم ممکن است ایجاد گردد .

درمان زخم پای دیابتی :

اصل کلیدی در درمان ، مراجعه سریع و به موقع به پزشک است هرگونه تاخیر در درمان پس از ایجاد زخم می تواند عوارض جبران ناپذیری ایجاد نماید .

✚ دبریدمان زخم و برداشتن تاول ها و بافت های مرده توسط پزشک صورت گرفته و زخم به صورت مستمر تحت مراقبت کارشناس زخم قرار می گیرد .

✚ کنترل قند خون حین درمان و استفاده از آنتی بیوتیک تزریقی ، خوراکی و یا پمادها براساس میزان درگیری بافت و استخوان و با نظر پزشک معالج صورت می گیرد.

✚ هرچند در این مرکز همه تلاش ها بر مبنای حفظ اندام بیمار و کاهش قطع عضو صورت می پذیرد لیکن در بعضی مواقع جهت جلوگیری از گسترش عفونت و یا تاخیر در درمان و لزوم جلوگیری از تهدید جان بیمار بافت استخوانی درگیر برداشته و ادامه درمان با دبریدمان مکرر، واکيوم تراپی و انجام پیوند و یا فلپ (پس از بهبودی التهاب و عفونت) صورت می گیرد .

✚ بعد از ترخیص از بیمارستان لازم است انجام پانسمان تحت نظر کارشناسان زخم و یا در کلینیک های معتبر صورت گیرد تا در صورت هرگونه تغییر یا التهاب مجدد اقدام به موقع صورت گیرد .

✚ درمان زخم پای دیابتی نیازمند صبر و حوصله فراوان و همکاری بیمار با پزشک و کارکنان زخم



زخم پای دیابتی

خانم ز-صالحی-کارشناس پرستاری سرپرستاری بخش جراحی ترمیمی	تهیه کننده
جناب آقای دکتر عبدالخالق کشاورزی-فلوشیب جراحی سوختگی و زخم	نایب کننده علمی
W-PE-019-R002	شماره سند
بهمن ۱۴۰۰	ویرایش دوم
برونر سوارت داخلی و جراحی 2018	منابع

✚ ناخن ها بهتر است توسط فرد دیگری کوتاه گردد و فاصله از بستر ناخن به مقدار ی رعایت گردد که که باعث زخم انگشتان نگردد.

✚ از پوشیدن کفش های صندل و پیاده روی با پای برهنه پرهیز گردد . داخل کفش ها مرتب چک گردد تا جسم خارجی به جامانده باعث زخم نگردد

✚ بهتر است برای مراقبت از پوست همیشه از جوراب های نرم استفاده شود .

✚ از آویزان کردن اندام به مدت طولانی خودداری نمائید و هنگام دراز کشیدن و نشستن پاها را در وضعیت بالاتر از سطح بدن قرار دهید و به آرامی مچ پا را حرکت دهید .

در صورت تمایل جهت استفاده از خدمات مشاوره تخصصی ، سوختگی و ترمیمی از روش های زیر استفاده نمائید .

۱- ایمیل : amirmomeninbh@sums.ac.ir

۲- سایت :

amirmomeninhospital.sums.ac.ir

۳- سامانه پیامکی بیمارستان: 09912064327

بوده و کاهش استرس بیماران و کنترل قندخون نقش بسزایی در بهبودی سریعتر دارد .

اصول پیشگیری از زخم پای دیابتی :

آموزش بیمار و خانواده :

هدف از این کار بهبود دانش و رفتارهای خود مراقبتی و تشخیص زود هنگام آسیب ها می باشد .

✚ مراجعه منظم به پزشک معالج جهت کنترل دقیق قندخون : این کار علاوه بر کاهش آسیب به چشم ، کلیه و عروق بدن باعث می گردد در صورت ایجاد زخم بهبودی سریعتر حاصل گردد .

✚ مراجعه سالانه به جراح عروق و متخصص معز و اعصاب مراقبت منظم از پوست بدن و معاینه توسط بیمار و یا اعضاء خانواده به صورت روزانه : هرگونه قرمزی ، تاول ، تیرگی پوست می بایست مورد توجه قرار گیرد .

✚ در هنگام پیاده روی از کفش مناسب استفاده گردد ، تنگی کفش و آسیب به انگشتان در حین پیاده روی از علل شایع ایجاد زخم پای دیابتی هستند .

✚ روزانه دوبار پاها را با آب ولرم و شامپو بچه شستشو دهید و بین انگشتان را خشک نمایند .

✚ در صورتی که پوست پای شما خشک می باشد از لوسیون های مرطوب کننده : آلوئه ورا ، روغن زیتون ، روغن نارگیل استفاده نمائید (فضای بین انگشتان نباید چرب و مرطوب شود)

✚ در صورت مشاهده هرگونه زخم یا تاول به پزشک مراجعه گردد و از درمانهای خانگی و غیرعلمی خودداری گردد .