

Polikliniek Diabetische voet

Chirurgie

Locatie Molengracht

Inleiding

Een snelle en optimale behandeling is belangrijk om de problemen aan uw voet(en) niet te laten verergeren. Daarom bent u verwezen via uw huisarts of specialist naar onze polikliniek 'diabetische voet'. In deze folder leest u welke zorg wij bieden op de polikliniek aan mensen met diabetes mellitus en een probleem hebben aan de voet(en). Ook kunt u lezen welke rol u zelf heeft bij het oplossen van dit probleem.

Wat is een polikliniek 'Diabetische voet'?

Op de polikliniek werken verschillende disciplines nauw samen die deskundige zorg bieden aan patiënten met voetproblemen. Afhankelijk van het probleem worden er verschillende zorgverleners in de behandeling betrokken. Iedere specialist/zorgverlener kan een bijdrage leveren in uw behandeling vanuit haar/zijn specifieke vakgebied.

Het doel is om ernstige complicaties aan uw voet, in de toekomst te voorkomen. Door suikerziekte genezen wondjes namelijk moeilijk.

Verskillende afspraken in één polikliniekbezoek

Tijdens uw eerste polikliniekbezoek worden uw voeten uitgebreid onderzocht. Zoals de doorbloeding en het gevoel van de voeten. De wondconsulent verzorgt aanwezige wonden. De podotherapeut verzorgt zo nodig overmatige eeltvorming. Ook kan zij eventueel kleine voetorthesen (spalkjes) aanmeten. Het team beslist op basis van hun bevindingen welke zorgverleners het probleem aan uw voet(en) verder onderzoeken of (mee)behandelen. De onderzoeken worden direct aangevraagd en/of de behandeling meteen ingezet. Door de goede afstemming tussen de specialist/zorgverleners kunt u zo snel mogelijk beginnen met een optimale behandeling. Zonodig overleggen wij ook met uw huisarts en andere zorgverleners die bij u aan huis komen.

Uit welke deskundigen bestaat het team?

- Vaatchirurg: onderzoekt en behandelt het probleem van de bloedvoorziening en eventuele wondbehandeling.
- Revalidatiearts: indiceert en bepaalt of (orthopedische) schoenaanpassingen noodzakelijk zijn. Adviseert zonodig over verdere revalidatiebehandeling of voorzieningen.
- Podotherapeut:
 - onderzoekt en beoordeelt uw (voet) probleem;
 - behandelt uw voet en spreekt eventueel controles af;
 - geeft voorlichting en advies over voetverzorging en schoenen;
 - houdt contact met voetbehandelaars/verzorgers buiten het ziekenhuis.

- Wondconsulent: verzorgt wonden aan de voet(en) en schrijft, in overleg met de vaatchirurg, de wondbehandeling voor. De wondverpleegkundige onderhoudt contact met de wondverzorgers in de thuissituatie.
- Gipsverbandmeester: vervaardigt tijdelijke loopvoorzieningen bij wondjes onder de voet, tot dat u juiste aangepaste schoenen heeft.
- Orthopedisch schoenmaker: vervaardigt tijdelijke en definitieve schoenvoorzieningen.

Als het nodig is brengen wij u in contact met de internist, voor verder algemeen onderzoek, behandeling en informatie over de ziekte diabetes mellitus.

Wat verwachten we van u?

U heeft zelf een zeer belangrijke rol bij de behandeling en het voorkomen van nieuwe wonden in de toekomst. We vragen ook inzet van u!

Motivatie is de sleutel

Onze behandeling helpt de wonden te genezen, maar met alleen de behandeling komt u er niet!

Voor een groot deel bent u zelf verantwoordelijk voor het genezingsproces en het opnieuw ontstaan van wonden. Dit betekent dat u de adviezen van de deskundigen uit het team nauwkeurig moet opvolgen om een zo goed mogelijk resultaat te behalen.

Wat zijn oorzaken van de diabetische voet?

Voetafwijkingen bij mensen met suikerziekte worden veroorzaakt door problemen met de bloedvaten en de zenuwen. Een te hoge bloedsuiker kan op den duur de zenuwen en slagaders in uw lichaam beschadigen. Dit kan leiden tot minder gevoel in uw voeten waardoor u warmte of pijn minder of helemaal niet voelt. Hierdoor is er een grotere kans op infecties en zweren. Omdat u bijvoorbeeld blaren en wondjes niet meer (goed) opmerkt.

Het kan ook zijn dat u pijscheuten of krampen krijgt in uw benen of voeten.

Door aantasting van de bloedvaten is er een verminderde bloedvoorziening van met name de voeten.

Als gevolg van deze aandoeningen genezen wondjes slecht tot niet. Dit kan uiteindelijk leiden tot amputatie van de voet of het been. Het is dus belangrijk om wondjes te voorkomen, dit vraagt om tijdige en regelmatige controle.

Wat zijn de symptomen?

De diabetische voet kunt u onder andere herkennen aan:

- Droge voeten of kloofjes;
- Minder gevoel in de voeten;

- Tintelingen of pijn;
- Vaak koude voeten;
- Wondjes die moeilijk genezen en verkleuringen aan tenen of voeten;
- Ulcera (= zweren).

Voorkomen, wat doet u er zelf aan?

U speelt zelf een heel belangrijke rol. We verwachten van u dat u persoonlijke adviezen van de deskundigen uit het team goed opvolgt. Daarnaast volgt u volgende adviezen op:

- Houd uw bloedglucosespiegel onder controle.
- Bekijk dagelijks uw voeten. Let op de genoemde symptomen en neem bij afwijkingen direct contact op met de wondconsulent, huisartspraktijk, diabetesverpleegkundige, podotherapeut of pedicure met aantekening diabetische voet.
- Als u zelf minder goed ziet, laat dan uw partner of de thuiszorg uw voeten controleren.
- Laat iedere 3 maanden uw voeten controleren bij de praktijkondersteuner van de huisarts. Eén keer per jaar bespreekt uw huisarts persoonlijk de ziekte diabetes mellitus met u en controleert hij uw voeten. De podotherapeut kan ook één of meerdere malen per jaar u voeten controleren.
- Laat eelt en likdoorns verwijderen door de (medisch) pedicure (met aantekening diabetische voet). Doe dit niet zelf. Gebruik geen likdoornpleisters.
- Was uw voeten dagelijks met lauwwarm water en maximaal 2 maal per week met zeep om uitdroging te voorkómen. Neem geen voetbaden.
- Vermijd extreme temperaturen. Dep de voeten met een zachte handdoek goed droog (ook tussen de tenen).
- Knip uw nagels recht af, niet te kort met een nagelknipper (geen schaartje).
- Wrijf droge voeten in met dunne olie of geschikte voeten crème; verzorg uw voeten met speciale diabetesproducten van de pedicure.
- Loop niet op blote voeten en draag goede (liefst platte) schoenen die goed passen. Uw schoenen moeten minimaal een centimeter langer zijn dan uw grootste teen, om goed af te wikkelen. De tenen moeten in de schoen vrij en recht naast elkaar kunnen liggen, zonder uit de natuurlijke stand gedrukt te worden.
- Koop schoenen zonder stiknaden ter hoogte van de voorvoet. Stiknaden maken het leer minder soepel en kunnen irritaties geven. Koop nieuwe schoenen, het liefst in de namiddag (dan zijn de voeten het dikst) en loop ze voorzichtig in.
- Onderzoek de binnenkant van uw schoenen regelmatig op spijkertjes, steentjes of harde naden. Schud de schoenen, iedere ochtend voor het aantrekken, leeg, zodat eventuele projectielen eruit vallen.
- Draag sokken van goede kwaliteit, zonder dikke naden, plooiën of strak elastiek.

- Bewegen is goed voor de bloedsomloop, dus ook voor de voeten; er bestaan eenvoudige oefeningen voor voetgymnastiek.
- Gebruik geen gaas en verband ter bescherming van uw voet. Dit zorgt voor te veel druk op bepaalde plekken in de schoen.
- Gebruik geen kruik in bed, neem liever thermosokken.

Hoe maakt u een afspraak?

Het spreekuur is op dinsdag tussen 8.30 en 12.00 uur. U kunt hier terecht door een afspraak te maken. Wilt u een afspraak of nadere informatie?

U kunt ons bellen tijdens kantooruren of faxen.

Telefoonnummer: 076 595 3011.

Faxnummer: 076 595 3386.

Waar is de polikliniek?

De polikliniek bevindt zich op de locatie Molengracht. U kunt zich melden bij de balie van polikliniek chirurgie, Oost 14.

Voorlichtingsbijeenkomsten

We raden u om de voorlichtingsavonden bij te wonen. Tijdens deze bijeenkomsten krijgt u uitgebreide informatie over de suikerziekte en het voorkomen van voetproblemen.

Meewerkende instanties zijn:

- LIVIT Orthopedie
Stadionstraat 11/1
4815 NC Breda
Telefoonnummer: 076 - 514 8168.
- Boemaars & van Beek Podotherapie
Stappenakker 10
5124 RT Molenschot
Telefoonnummer: 0161 - 41 1218.

