

Totale Voetverzorging Thea Dekker
0642641987

Diabetische Voetverzorging

Voetzorg voor mensen met diabetes, preventieve zorg

De voeten van diabetespatiënten hebben extra zorg nodig. Als u diabetes heeft, is het raadzaam om enkele keren per jaar uw voeten te laten verzorgen en inspecteren. Ook als u geen voetklachten heeft! Het **voorkomen** van voetproblemen is namelijk één van de belangrijkste taken van de medisch pedicure. Naast de voetbehandeling, krijgt u adviezen over de verzorging van uw voeten en de keuze van schoenen. Ook kan de medisch pedicure vroegtijdig problemen signaleren en u doorverwijzen naar de huisarts, specialist of podotherapeut.

De voeten van diabetespatiënten zijn vaak extra kwetsbaar omdat

- De bloedsomloop in benen en voeten kan verminderen
- Het gevoel in de voeten kan verminderen of uitvallen
- De voeten van stand kunnen veranderen

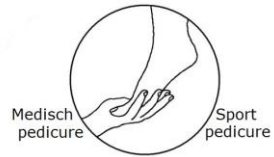
De volgende verschijnselen kunnen wijzen op voetproblemen door diabetes

- Nieuwe druk- of eelt plekken
- Verkleuring (wit, blauw, rood) of koud aanvoelen van de huid
- Warme of gezwollen voeten
- Overgevoeligheid voor zelfs lichte druk
- Doof gevoel in de voeten
- Een verwonding waar u niets van heeft gevoeld
- Ongevoeligheid voor warmte of kou
- Tintelingen of krampen in een voet of been
- Pijn in uw benen tijdens het lopen, die bij stilstaan weer verdwijnt

Als u een van deze verschijnselen opmerkt, kunt u dat het beste bij de volgende controle aan uw specialist, huisarts, praktijkondersteuner of medisch pedicure melden.

Heeft u diabetes, dan kunt u zelf het volgende doen

- Controleer dagelijks uw voeten op eventuele wondjes of huidbeschadigingen, eventueel met behulp van een spiegel of laat iemand anders kijken
- Dagelijks de voeten wassen met lauw water
- De voeten goed afdrogen, ook tussen de tenen, en insmeren met baby-olie (of hydrofiele olie)
- NOOIT voetbaden nemen indien de huid kapot is, of indien er sprake is van voetschimmel en/of eczeem
- NOOIT op blote voeten lopen
- Nagels recht afknippen
- Naadloze goed passende wollen of katoenen sokken dragen
- Panty's binnenste- buiten dragen, zodat de naden niet in de voet drukken
- Hulp inroepen van een professional (= podotherapeut of pedicure met diabetes aantekening of medisch pedicure), indien de voetverzorging niet meer zelf gedaan kan worden
- Jaarlijks de voeten laten screenen op risicofactoren
- Ga regelmatig fietsen of wandelen en doe (dagelijks) voetoefeningen
- Als u wondjes, blaren of ontstekingen ontdekt maak dan een afspraak bij uw huisarts
- Als u voetschimmel heeft (roodheid, jeuk, schilfering, kloofjes) maak dan een afspraak bij uw huisarts



Totale Voetverzorging Thea Dekker
0642641987

Vergoeding

Als u als diabetespatiënt naar de medisch pedicure gaat dan kunt u in sommige gevallen in aanmerking komen voor een vergoeding (tegemoetkoming) van de behandelingskosten. Voor meer info zie zorgwijzer.nl