

Informationsblatt für Patienten mit einem Diabetischen Fußsyndrom (DFS)

20% aller an Diabetes mellitus Erkrankten entwickeln früher oder später ein Diabetisches Fußsyndrom, zum Großteil ausgelöst durch eine Erkrankung der peripheren Nerven (Polyneuropathie).

Sie äußert sich vor allem in den Beinen und Händen .Es beginnt oft mit einem Kribbeln und eingeschlafenen Füßen. Dann folgt ein starkes Brennen. Reize wie heiß oder kalt hingegen werden kaum mehr wahrgenommen.

Aus kleinen Wunden die beim Nägelschneiden entstehen oder Bagatellverletzungen, können sich Geschwüre entwickeln, die Gewebe und Knochen schwer schädigen.

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

- Behandlung der Grunderkrankung
- konservativ und operativ
- diabetesadaptierte Schuhe - die diabetesadaptierte Fußbettung bezeichnet ein individuell nach Maß gefertigtes Einlagenbett, welches ausschließlich für Diabetiker hergestellt wird - erstattungsfähig - sprechen Sie mit Ihrem Diabetologen.

Was kann ich selber tun?

- Patientenschulungen über Diabetes mellitus
- gute BZ-Einstellung
- tägliche Fußinspektion eventuell unter Zuhilfenahme eines Spiegels
 - Hornhautbildung durch nicht bemerkten Druck
 - Nagelpilz
 - Verformung der Zehen und Fußgewölbe
 - Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/ Diabetologie
- Schere, Nagelzwickler oder Raspel nicht verwenden
- Pflege der Fußnägel sollten von medizinisch, diabetologisch geschultem Fußpfleger mit Kassenzulassung (Podologe) durchgeführt werden - Rezept erhalten Sie auf Nachfrage bei Ihrem Arzt:
- geeignete Schuhe ?
 - Sind Ihre Schuhe noch angenehm zu tragen (zu weit/zu eng)?
 - Sind im Innenbereich Nähte, die zu Druckstellen führen können?
- Achtung Schuhkauf immer nachmittags:
 - weite Halbschuhe, Absätze sollten nicht höher als vier Zentimeter sein
 - weiche Innensohle
- nie barfuß oder in Strümpfen laufen, zur Vermeidung von Fußverletzungen
- nahtlose Strümpfe ohne einengende Bündchen (Diabetikerstrümpfe) tragen
- Hautpflege (!) z.B. mit dem Wirkstoff Harnstoff (Urea)

ANZEICHEN für einen passenden Schuh

- Keine Druckstellen Haut intakt
- Weiche Sohle optimaler Tragekomfort

Bei kleinsten Veränderungen
Verletzungen, Rötungen oder Schwellung

Arzt informieren!

Nicht versuchen, Verletzungen selbst zu heilen!





Abbildung 1ⁱ

ⁱ Quelle: ICW e. V.