

Diabetische voet

Voetproblemen bij diabetes worden ook wel diabetische voet genoemd. Voetafwijkingen komen vaak voor bij patiënten met diabetes. Door diabetes kunnen bloedvaatjes beschadigd raken, waardoor het bloed minder goed door de benen en voeten stroomt. Ook kunnen zenuwen beschadigd raken (neuropathie). Dit vermindert het gevoel in de voeten; patiënten merken het niet als ze een wondje hebben.

Het wondje kan gaan ontsteken en zweren. Als gevolg van de infectie raakt de bloedsuikerspiegel ontregeld. Als voetinfecties verwaarloosd of onvoldoende behandeld worden, kan dit op langere termijn zelfs leiden tot amputatie. Vroegtijdige intensieve wondbehandeling voorkomt onnodige complicaties. Vraag daarom bij twijfel over een wond aan uw voet zonder uitstel advies aan uw behandelend arts.

Oorzaken

De voornaamste oorzaken voor het ontstaan van voetwonden bij diabetes zijn:

- Slechte doorbloeding van de voet en tenen door de vaatvernauwing.
- Het snel ontstaan van huidbeschadigingen door afwijkingen van de voetstand (platvoeten, spreidvoeten, hamertenen) die geleidelijk optreden door verlies van weefsel in de voet. Dit weefselverlies ontstaat enerzijds door een verminderde bloedvoorziening, anderzijds door een zenuwschade door de diabetes.
- Ook een verminderd gevoel (diabetische neuropathie) leidt tot huidbeschadigingen.
- Huidbeschadigingen ontstaan voorts door extreme eeltvorming op plekken op de voet waar veel druk op staat, zoals de toppen van de tenen, bovenzijde van de teengewrichten, zijkanten van voet, binnen- en buitenkant van de enkel en hiel.

Risico's

Als u diabetes heeft, genezen wondjes minder snel. Dat maakt de behandeling van wondjes en zweren extra moeilijk. Soms lukt de behandeling niet goed. Dan moet een teen, voet of zelfs been eraf worden gehaald. Gelukkig kan goed opletten en op tijd behandelen veel problemen voorkomen. Wat kunt u doen om voetproblemen bij diabetes te voorkomen?

- Houd uw bloedsuiker zo goed mogelijk.
- Loop niet op blote voeten.
- Knip nagels recht en niet te kort af.
- Zorg dat schoenen niet knellen of drukpunten hebben.
- Neem geen voetbaden.
- Controleer uw voeten regelmatig op wondjes, verkleuringen of vervormingen (ook de onderkant, bv. met een spiegel). Een podotherapeut of pedicure met diabetische voetaantekening kunnen helpen.
- Experimenteer niet zelf met wondjes maar laat er meteen naar kijken. Doordat u minder gevoel in uw voeten heeft, kunt u ook anders gaan lopen. Dat kan weer leiden tot vervorming van uw voeten en drukplekken. Onder een eeltplek kunnen zonder dat u het merkt ontstekingen zitten.

Symptomen

- Koude voeten
- Tintelende voeten, pijnscheuten
- Minder gevoel in de voeten
- Wondjes die moeilijk genezen
- Verkleuringen aan tenen en voet
- Rode, gezwollen voet (bij de Charcot-voet)

Behandelingen

- Schoenadvies, om uw voeten goed te beschermen en drukplekken te voorkomen. Door het verminderde gevoel hebben diabetes patiënten nogal eens de neiging te strakke schoenen te dragen, omdat ze de schoenen dan goed voelen. Dit kan leiden tot drukplekken.
- Wondbehandeling door een gespecialiseerd wondverpleegkundige van de thuiszorg of het St. Antonius.
- Als wondbehandeling alleen onvoldoende effect heeft of als de wond op een plek zit waarbij de voet tijdens het lopen wordt belast, kan een gipsbehandeling meerwaarde hebben. Het gips beschermt de voet dan extra. Hierdoor geneest de wond. Bij gipsbehandeling vindt wekelijkse controle plaats totdat de wond is genezen.
- Tijdens de wondbehandeling of na de gipsbehandeling kan het van belang zijn de voet goed te beschermen met een voorlopige orthopedische schoen, een VLOS. Deze wordt op maat gemaakt voor u. De VLOS zorgt ervoor dat de drukplek wordt ontlast en dat u zo prettig mogelijk kunt lopen. Aan uw gezonde voet draagt u zo lang uw eigen schoen.
- Zodra de wond genezen is, wordt gekeken welk schoeisel voor u het meest adequaat is. Dat kan stevig confectieschoeisel zijn (eventueel met een aanpassing) of volledig op maat gemaakte orthopedische schoenen.

Meer informatie

Meer informatie over diabetes vindt u op de website (<http://www.diabetesfonds.nl>) van het Diabetesfonds.

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Diabetes mellitus en nierfunctiestoornissen
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/diabetes-mellitus-en-nierfunctiestoornissen>)

Behandelingen & onderzoeken

- Diabetes en voeten (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/diabetes-en-voeten>)
- Diabetes Mellitus (suikerziekte) en dialyse
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/diabetes-mellitus-suikerziekte-en-dialyse>)

Specialismen

- Diabetologie (diabeteszorg voor volwassenen)
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/diabetologie-diabeteszorg-voor-volwassenen>)

- Revalidatiegeneeskunde (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/revalidatiegeneeskunde>)

Contact Revalidatiegeneeskunde

T 088 320 77 70