



FOREBYGGING OG BEHANDLING AV DIABETES SÅR

Diabetes sykepleier Kirsten Schulz, Vestre Viken, Ringerike sykehus



Kilde: FreePic /Lenke til fillm i bildet (Fottearpiforbundet)

DET BEGYNNER MED.....

- ✓ Kunnskap er fokus
- ✓ Opplæring til egenomsorg er en del av behandlingen
- ✓ Må være basert på individuell tilpasning!

DIABETES OG FØTTER

- ✓ FOTSÅR
- ✓ AMPUTASJONER
- ✓ INFEKSJONER
- ✓ SOPPDANNELSER



Kilde: Colurbox

DIABETES OG FØTTER

HVORFOR ER DETTE VIKTIG ??

1. Kostbart målt i materielle utgifter (personell, tid, penger, utstyr)
2. Fører til nedsatt livskvalitet for pasienten (smerter, kramper, infeksjoner..)
3. Hyppighet 20 til 30 %

DIABETES OG FØTTER

Diabetes nervesykdom (nevropati)

- ✓ Nedsatt følelse
- ✓ Nummenhet, ”kattepoter”
- ✓ Ustø gange
- ✓ Feilstillinger (Charcot- foten)

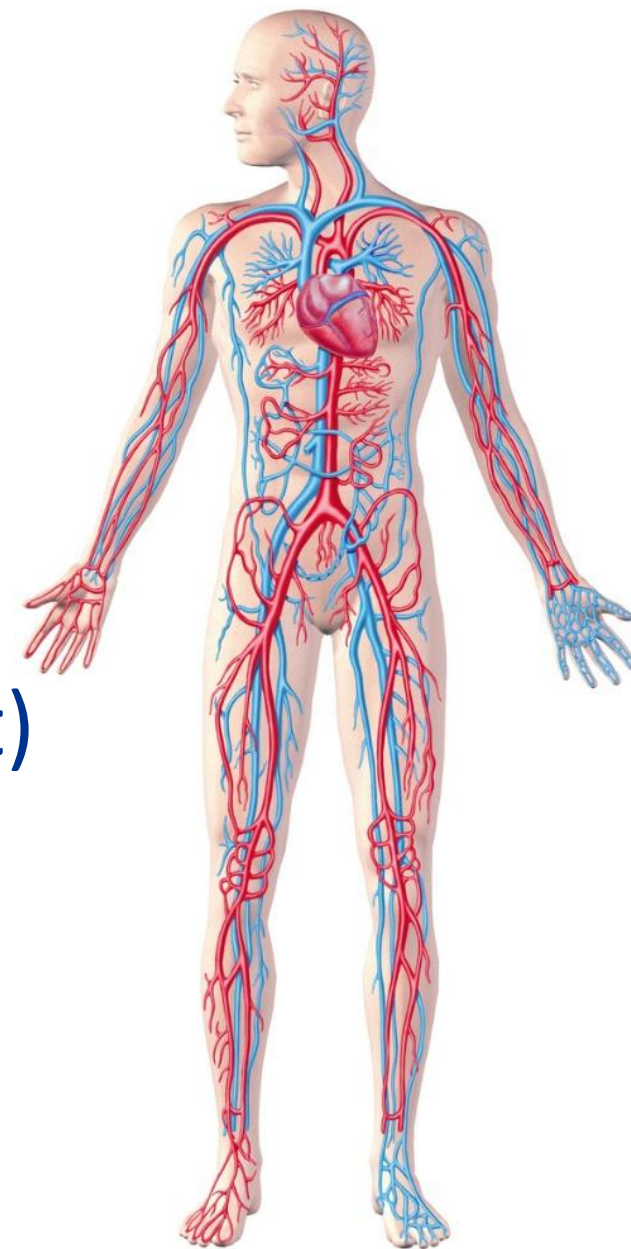
NEVROPATISKE SÅR

- ✓ Opptrer oftest på punkter der det blir mekaniske trykk
- ✓ Foten er varm og virker velsirkulert
- ✓ Hud - sprekker eller ytre skader legger veien åpen for mikroorganismer som kan føre til infeksjon



Kilde: NIFS

NEDSATT BLODFORSYNING (mikrovaskulært)



Kilde: SNL

KJENNETEGN

- ✓ Tynn hud med lite hår
- ✓ Hard hud med sprekker og rifter,
- ✓ Deformerte, sprø negler,
- ✓ Leggkramper og hvilesmerter, ofte om natten,
- ✓ Koldbrann, oftest hallux (stortå), ytterst på tærne og langs fotranden
- ✓ Ischemiske sår oppstår som oftest langs fotens rand, spesielt distalt på tærne eller under neglene

DIABETES OG FØTTER

- ✓ Ofte en kombinasjon av nedsatt følelse og nedsatt sirkulasjon:
 - *Trykksår*
 - *Infeksjoner*
- ✓ Forsinker reparasjonsprosessen og infeksjonsforsvaret ved etablerte sår
- ✓ Høyt blodsukker over tid, samt forhøyede nivåer av frie fettsyrer hemmer naturlige mekanismer for sårtilheling

DIABETES OG FØTTER

OBS! Ved mistanke om Charcotfot skal pasienten umiddelbart henvises til spesialisthelsetjenesten!

Kjennetegn:

- ✓ Plutselig forandring av fotbuen
- ✓ Opplevelse av smerter, tross nevropati

Behandling:

- ✓ Avlasting
- ✓ Fare for trykksår!!

DIABETES OG FØTTER

- Hvordan forebygge trykksår og amputasjoner?
- Regelmessig kontroll av blodsukkeret:
 - blodsukkerkurver fra pasientene
 - Hba1c



Kilde: Colourbox

DIABETES OG FØTTER

Ved hver konsultasjon:

- spørre pasienten om endringer
- hevelser, smerter, sår/rifter
- sko og sokkevalg
- fokus på daglig hygiene og vaner



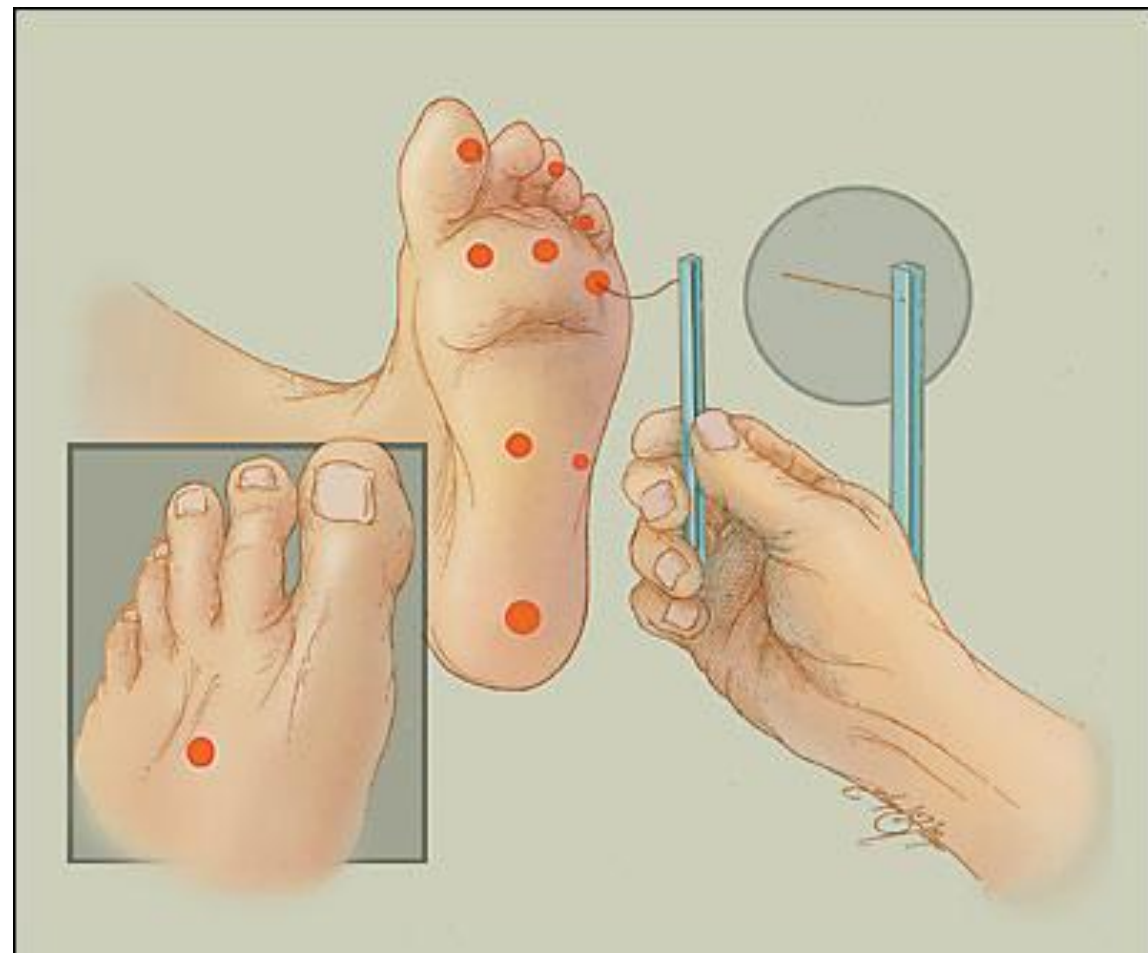
Foto: Privat

DIABETES OG FØTTER

En gang hvert år:

- ✓ Monofilament -test
- ✓ Vibrasjonstest
- ✓ Smerte-test
- ✓ Puls-test
- ✓ Inspeksjon, kan være oftere

DIABETES OG FØTTER

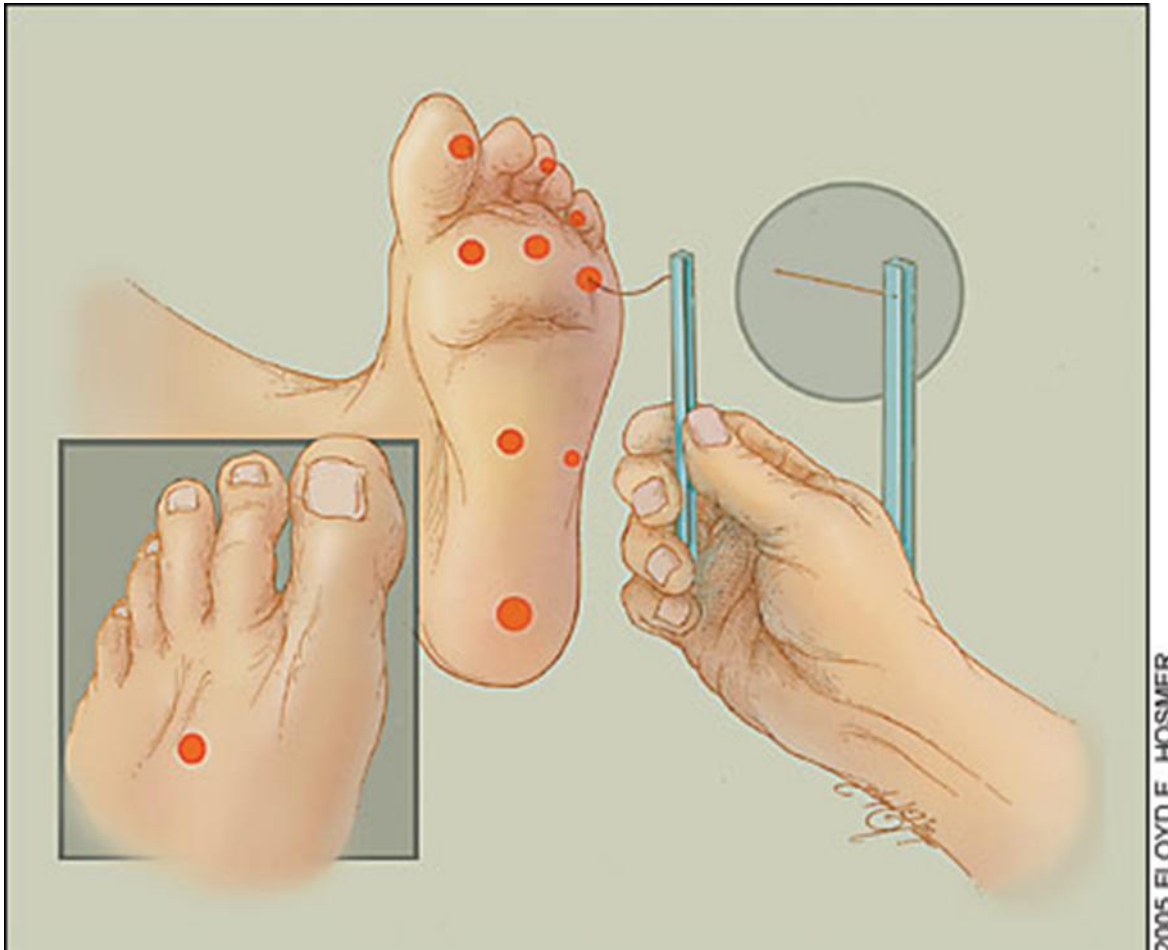


DIABETES OG FØTTER

NB!!

*I ET TIDLIG STADIUM AV SÅRUTVIKLING ER TRE AV TI
DIABETESPASIENTER IKKE KLAR OVER AT DE HAR ET FOTSÅR!!*

DIABETES OG FØTTER



- ✓ Trykk mot stortåballen og plantart på 1., 2., og 3. metatarsalhode på begge føtter
- ✓ Nedsatt følelse hvis pasienten ikke merker berøringen på ett eller flere av de 8 punktene (noen undersøker også på flere punkter)

DIABETES OG FØTTER

VIBRASJONSTEST

- ✓ Dorsalt på stortåen, rett proksimalt for neglesengen
- ✓ Kan bruke stemmegaffel



Kilde: Privat

DIABETES OG FØTTER

SMERTE-TEST

- ✓ Med skarp gjenstand (sikkerhetsnål, binders, kanyler)
- ✓ På stortåen proksimalt for neglesengen.
- ✓ Spør om det gjør vondt, ikke om pasienten kjenner det!!

DIABETES OG FØTTER

PULSTEST

- ✓ Enkle undersøkelser: følbar puls a. dorsalis pedis, eller andre steder, f.eks ved ankel
- ✓ Blodtrykksmåling med Doppler- måling (ultral lyd)

.....OG SLUTTER MED...

- ✓ Undersøk føttene en gang årlig, oftere ved behov.
- ✓ Opplæring i stell av føttene: hel hud beskytter mot infeksjon!!
- ✓ Blodsukker- kontroll
- ✓ Unngå røyking
- ✓ Henvise sår til behandling

DIABETES OG FØTTER

Samarbeidspartnere:

- ✓ Fotterapeuter
- ✓ Ortopedingeniører
- ✓ Sårpoliklinikk
- ✓ Diabetespoliklinikk



Kilde: Colourbox

FELLES MÅL

1. FOREBYGGE SÅR OG AMPUTASJONER
2. REGULERE DIABETES
3. BEHANDLE SMERTER
4. HELHETLIG TENKNING
5. GOD KOMMUNIKASJON



Kilde: Colourbox

TAKK FOR OPPMERKSOMHETEN!



