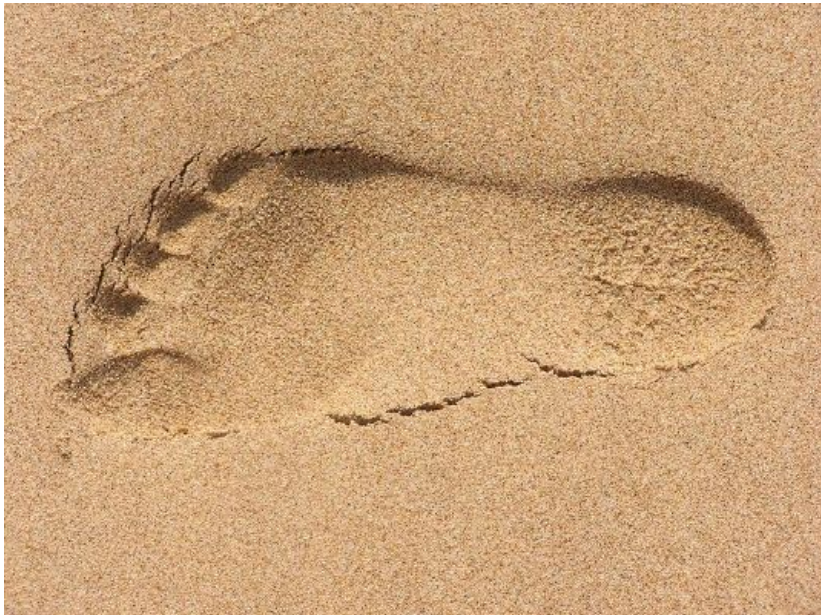




Hojení-Ran.cz

**Příručka
pro pacienty s diabetickou nohou**



www.hojeni-ran.cz

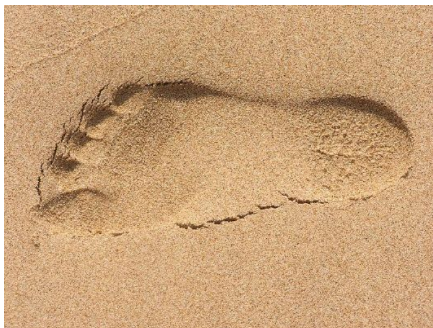
Diabetická noha

Jako diabetická noha se označují defekty dolních končetin způsobené postižením cév a nervů.

Jde o komplikaci onemocnění diabetes mellitus (cukrovky).

Obsah příručky:

<i>Příčiny vzniku</i>	<i>3. strana</i>
<i>Projevy</i>	<i>4. strana</i>
<i>Léčba</i>	<i>5. strana</i>
<i>Hojení a ošetřování</i>	<i>6. strana</i>
<i>Desatero prevence</i>	<i>7. strana</i>



Příčiny

Hlavní příčiny vzniku diabetické nohy lze zjednodušeně shrnout do dvou oblastí:

- **diabetická neuropatie**
- **ischemická choroba dolních končetin**

Diabetická neuropatie

Dlouhodobě zvýšená hladina cukru v krvi poškozuje funkci a strukturu periferních nervů. Postižení se týká všech typů nervových vláken – senzorických, motorických i vegetativních.

Ischemická choroba dolních končetin

Jde o onemocnění tepen, které způsobuje nedostatečné prokrvení dolních končetin. Hlavní příčinou nemoci je ateroskleróza (kornatění tepen). Ta způsobuje zúžení nebo úplný uzávěr tepny a omezení přítoku krve. Kromě velkých cév jsou v případě diabetické nohy postiženy i jemné vlásečnice, na jejichž úrovni probíhá vlastní výměna kyslíku a živin (mikroangiopatie). Nedostatečně prokrvené tkáně jsou náchylnější k poranění a vykazují špatnou hojivost.

K bezprostředním příčinám vzniku nehojícího se defektu patří:

- **otlaky ze špatně padnoucí obuvi**
- **popálení (např. od topení)**
- **drobné poranění**
- **otlak**
- **plísňové infekce**

Projevy

V klidu mohou nemocní s diabetickou neuropatií pociťovat nepříjemné pálivé bolesti, brnění nebo mravenčení končetin. Při chůzi se porucha citlivosti projevuje pocitem stažení kolem kotníků nebo pocitem chůze po mechu. Kůže nohou a bérků je suchá, šupí se, na plosce jsou patrné rohovějící zatvrdliny. Svaly lýtek jsou zeslabené, ochlupení je prořídle nebo zcela chybí.

Nedokrvení končetin se projevuje bolestmi svalů při chůzi. Při současně existující neuropatii se však nemusí bolesti vůbec objevit. U některých pacientů bývá prvním projevem špatného prokrvení až nehojící se rána.

Nejčastějším místem vzniku defektů a nehojících se ran jsou kotníky, nárt, pata, ploska a prsty.

K prvním projevům diabetické nohy patří:

- **praskliny**
- **puchýře**
- **odřeniny**

Působí zpočátku nenápadně, a proto jsou často přehlíženy nebo zlehčovány. Při zanedbání léčby se však v terénu neuropatie a/nebo nedokrvení končetin defekt nehojí a časem dochází k jejich rozšíření. Často se přidává infekce, která dále zhoršuje stav končetiny. V nejtěžších případech ohrožuje infekce přímo život nemocného. Drobný otlak z nepadnoucí obuvi potom může skončit amputací prstů nebo celé končetiny.

Léčba

Léčba diabetické nohy se neomezuje jen na vlastní ránu. Musí být cílena i na její příčiny. Lze ji shrnout do několika základních bodů:

- kompenzace cukrovky, léčba vysokého krevního tlaku, vysoké hladiny cholesterolu
- vhodná dieta a nekouření
- odstranění tlaku na defekt
- omezení stoje a chůze, mechanické odlehčení (chůze o berlích, ortéza, invalidní vozík)
- speciální obuv, individuálně tvarované vložky do bot
- obnovení průchodnosti cév (bypassem, angioplastikou)
- péče o kůži a nehty – pedikúra, koupele, promašťování, lokální protiplísňové léky



Desatero prevence diabetické nohy

U diabetické nohy platí, že lepší je defektům předcházet než je následně hojit. Pro účinnou prevenci je nutné dodržovat následující desatero:

1. nohy si denně prohlížejte
(při kontrole nepřístupných míst můžete použít např. zrcátko)
2. nohy si pravidelně myjte a pečlivě vysušte
3. každý den použijte čisté ponožky nebo punčochy
4. nevystavujte nohy horku, mrazu a dlouho si je nemáčejte
5. nehty si stříhejte vždy jen rovně
6. nedopusťte, aby se vám tvořila kuří oka a otlaky,
k odstranění již vzniklých otlaků nepoužívejte chemické látky
nebo speciální náplasti k odstraňování hyperkeratóz,
nepoužívejte ani ostré nástroje pro pedikúru, svěřte se do
rukou odborníka
7. pečujte o suchou pokožku svých nohou, pravidelně ji
promašťujte
8. noste vhodnou diabetickou obuv a ponožky, nechodte naboso
9. dbejte na důslednou kompenzaci cukrovky, nekuřte
10. se všemi i drobnými ranami včas navštivte odborníka