



דף הסבר

כף רגל סוכרתית - טיפול ומניעה

מרפאת סוכרת

בניין מרפאות חוץ

ימים א'-ה'

משעה 08:00

טל. 08-6400341

פקס. 08-6244628

סימנים ראשוניים לפגיעה:

- תחושה של נימול, כאב, שריפה או התכווצויות ברגליים.
- ירידה בתחושת חום, קור או כאב בכפות הרגליים.
- הפגיעה העצבית עלולה לגרום עם הזמן לירידה בתחושה בכפות הרגליים, עקב כך ייתכן ותיפצע מבלי שתחוש בכך. פגיעה זו הנה חלק מהפגיעה העצבית (נוירופתיה).

זיהוי מוקדם, מניעה וטיפול - מה תוכל לעשות?

הקפד על טיפול יומיומי בכפות רגלייך:

- רחצה במים פושרים וזורמים.
- ניגוב טוב של הרגליים גם בין האצבעות.
- שימון עור כפות הרגליים ושוקיים עם קרם לחות.
- בדוק את כפות רגליך האם יש פצעים, נפיחות או יבלות. ניתן גם להיעזר במראה או בכף משפחה.

הקפד על הנעלה מתאימה:

- נעל נעליים מתאימות ותומכות עם או בלי מדרס.
- המנע מללכת יחף גם בבית וגם בחוץ. הקפד על גריבת גרביים מתאימות: גרביים סופגות זיעה מכותנה וללא תפרים.
- במסגרת הבדיקות התקופתיות בקש מהאחות לבצע הערכה נוספת לגבי הפגיעה העצבית ו/או הפגיעה בכלי הדם ברגליים.
- הקפד על ביצוע ניטור עצמי להשגת איזון הסוכרת.
- שמור על לחץ דם תקין.

מחקרים הוכיחו!

- איזון רמות הסוכר מביא לירידה של 60% בהופעת נוירופתיה.
- טיפול מוקדם ובכף הרגל מונע למעלה מ-50% מהסיבוכים הקשים בכף הרגל.

בברכת בריאות שלמה

צוות מרפאת סוכרת