



مرکز آموزشی، تحقیقاتی و درمانی
خاتم الانبیاء(ص) زاهدان

موضوع: زخم پای دیابتی



بخش داخلی

ناظر علمی: دکتر میرادی

واحد آموزش سلامت

کد سند: KH-Edu-pm-36

تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۳/۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۳/۱

زخم پای دیابتی چیست

زخم پای دیابتی یک زخم باز بر روی پای افراد مبتلا به دیابت است که اغلب در کف پا دیده می‌شود. این زخم تقریباً در ۱۵ درصد افراد مبتلا به دیابت بروز داده که ۶ درصد این افراد در اثر ابتلا به عفونت یا دیگر عوارض مرتبط با زخم در بیمارستان بستری می‌شوند. خطر زخم شدن پا و قطع عضو با افزایش سن و مدت ابتلا به دیابت بیشتر می‌شود.

علت زخم پای دیابتی

نوروپاتی محیطی و ایسکمی اندام‌های انتهایی عوامل اولیه بروز زخم پای دیابتی است.

اعصاب حسی افراد را قادر به احساس درد، دما و موارد دیگر می‌کنند. هنگامی که این اعصاب در افراد دیابتی آسیب می‌بینند دیگر توانایی احساس گرما، سرما و درد را نخواهند داشت. فرد دیابتی به دلیل بی‌حسی در پاها و فقدان درد بریدگی، زخم، سوختگی ناشی از آب داغ یا قرارگیری پا در معرض سرمای شدید را متوجه نمی‌شوند. سپس امکان دارد این زخم یا ناحیه آسیب‌دیده عفونی شده یا در اثر توانایی اندک بدن در مقابله با عفونت‌ها به خوبی التیام نیابد.

علائم و نشانه‌ها:

گرمی، قرمزی، حساسیت، تورم، خروج ترشحات چرکی از محل زخم، بوی بد زخم در صورت وجود حداقل ۲ مورد از موارد ذکر شده، احتمال عفونت پا وجود داشته و فوراً باید به پزشک مراجعه نمایید.

مهمترین روش برای پیشگیری از آسیب پاها حفظ سطح قند خون در محدوده طبیعی، تغذیه صحیح، ورزش و رعایت بهداشت فردی است.

محل‌های شایع زخم



بهداشت و مراقبت از پاها

- پاها را با آب ولرم و صابون ملایم هر روز بشویید.
- پاها را با روغن های گیاهی مثل روغن زیتون ماساژ دهید تا پوست پاهایتان خشک نشود، اما بین انگشتان پا نمالید زیرا مستعد رشد قارچ خواهد بود
- از جوراب های نخی استفاده نمایید و آن را روزانه تعویض کنید
- با مشاهده اولین علامت از قرمزی، تورم و یا دردی که برطرف نمی شود یا خواب رفتگی و بی حسی یا احساس مور مور شدن به پزشک مراجعه کنید.
- ناخن های خود را به صورت صاف بگیرید و داخل بستر ناخن نروید و با سوهان سر ناخن ها را صاف کنید به هیچ عنوان حتی در منزل پا برهنه راه نروید.

اگر شما یک بیمار دیابتی هستید حتما "روزانه پاهایتان را معاینه کنید تا مشکلات کوچک را بیابید و اجازه ندهید به آسیبهای جدی تبدیل شود و با روش های ساده و شستشو و درمان های موضعی می توانید آنها را رفع کنید.

درمان: بهترین درمان پیشگیری است حذف فشار همواره رکن اساسی درمان است.

*برداشتن بافتهای مرده از روی زخم

* پانسمان روزانه زخم به شیوه مناسب

* استفاده مناسب از آنتی بیوتیک ها

- کفش بدون جوراب نپوشید، قبل از پوشیدن کفش داخل آنرا نگاه کنید، سنگریزه ها، بند پاره کفش و ناخن های بلند می توانند تبدیل به نقاط فشاری شوند و منجر به التهاب و عفونت شوند
- از کفش مناسب استفاده کنید قبل از اینکه پایتان را در آب فرو ببرید، دمای آنرا با دستتان کنترل کنید.
- اگر پایتان میخچه دارد، خودتان برای برداشتن آن اقدام نکنید و اجازه دهید پزشک آن را بردارد - بطور منظم جهت معاینه به پزشک مراجعه کنید.

منبع: پرستاری داخلی و جراحی برونر و سوارث
۲۰۲۲

آدرس: خیابان جام جم، بیمارستان خاتم الانبیا(ص).
۰۵۴۳۳۲۲۰۵۰۱ داخلی ۴۶۳