

ДИЈАБЕТСКО СТАПАЛО

ДИЈАБЕТСКО СТАПАЛО

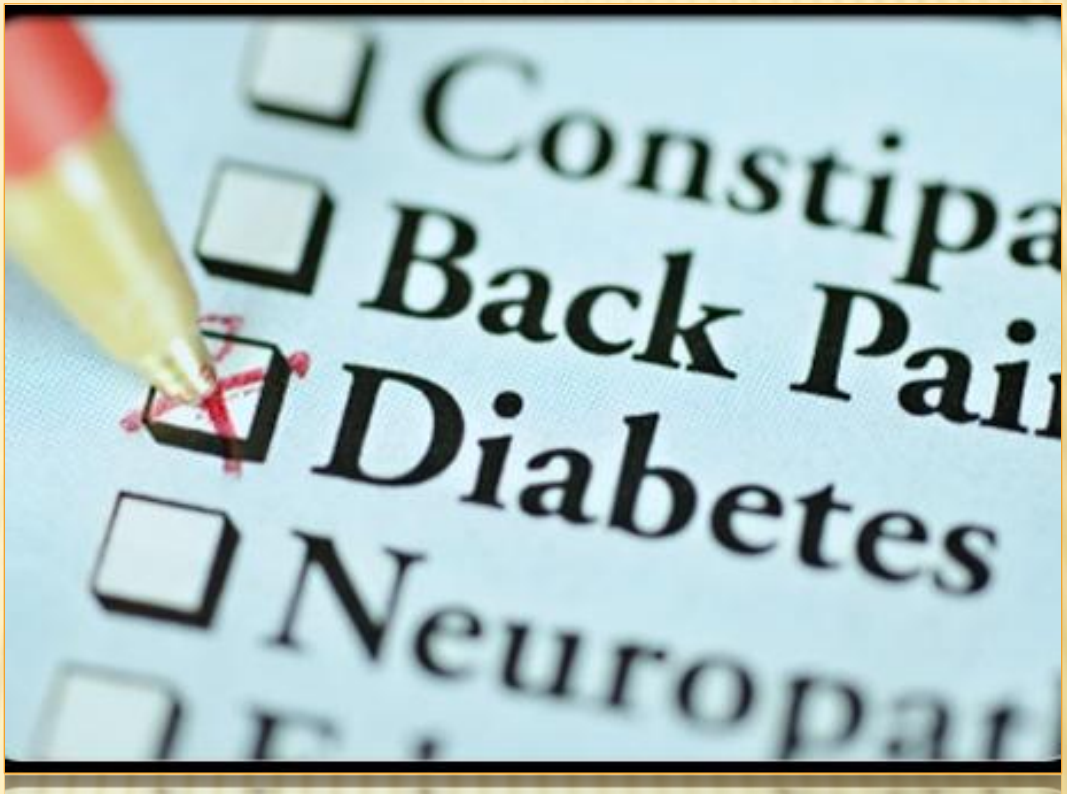
- **Цел:** Специјализантите да се запознаат со клиничката вештина за преглед на стапалото кај дијабетичните пациенти.
- **Задачи:** Специјализантите ќе можат да ги кажат прашањата специфични за анамнезата за нарушувања на стапалото кај дијабетичари, да извршат преглед на стапалото за промени на кожата и ноктите, присаство на деформитети, артериски пулсации и преглед на сензибилитет на стапалото. Специјализантите ќе можат да ги обучат дијабетичните пациенти за соодветна грижа за стапалата.

ДИЈАБЕТСКО СТАПАЛО

- Дијабетско стапало е заеднички термин за проблеми со стапалото кај пациенти со дијабет. Поради артериски проблеми и дијабетска невропатија, како и тенденцијата потешко да заздравуваат раните, релативно е вообичаена појавата на инфекција или гангрена на стапалото. Десет до петнаесет проценти од дијабетичните пациенти развиваат улцерации на стапалото во текот на животот и проблеми поврани со стапалото се одговорни за 50% од хоспитализациите поврзани со дијабетот.

ДИЈАБЕТСКО СТАПАЛО

- Стапалата на сите пациенти со дијабетес треба да се прегледуваат еднаш годишно. Особено е важно да се прегледаат стапалата на пациентите со тип 2 дијабетес и на оние со тип 1 дијабетес над 30-годишна возраст чие заболување трае повеќе од 15 години.
- Пациентите со дијабетско стапало треба да се прегледуаат почесто, секогаш кога има потреба од тоа.



СПЕЦИФИЧНА АНАМНЕЗА:

СПЕЦИФИЧНА АНАМНЕЗА:

- Прашање 1:
  - **Дали имате било каква промена на стапалата од последната контрола?**
    - Ова прашање се поставува со цел да се одреди дали пациентот почувствувал некакви промени во силата или осетливоста на стапалата.
- Прашање 2:
  - **Дали пациентот има или пак дали имал порано улкус на стапалото?**
    - Позитивната анамнеза за улцерација на стапалото го категоризира пациентот во групата на висок ризик. Ваков пациент секогаш е со покачен ризик за развиток на друг улкус на стапалото, прогресивна деформација на стапалото и најпосле ампутација на долните екстремитети.
- Прашање 3:
  - **Дали имате болки во петата и во мускулатурата при одење, особено во мускулите на листот?**
    - Ова прашање се поставува со цел да се одреди состојба на интермитентна клаудикација при одење. Оваа болка претставува индикација за периферно васкуларно заболување или нарушена циркулација.



ПРЕГЛЕД НА СТАПАЛАТА



ЧЕКОР 1: СОСТОЈБА НА НОКТИТЕ

Дали ноктите се задебелени, премногу долги, враснати или инфицирани со габична инфекција. – **Враснати нокти**



ЧЕКОР 1: СОСТОЈБА НА НОКТИТЕ

Задебелените нокти претставуваат индикација за некое васкуларно или габично воспаление.



ЧЕКОР 2: ДЕФОРМИТЕТИ НА СТАПАЛАТА

Hallux valgus, честопати предизвикан со носење на несоодветни обувки, со висока штикла

Charcot – ово стапало.



ЧЕКОР 2: ДЕФОРМИТЕТИ НА СТАПАЛАТА

Чеканчести прсти , Hammertoes – прстите се свиткани заради слабост на мускулите на стапалото, обично наследно. Состојбата може да предизвика проблеми при носење несоодветни обувки.



ЧЕКОР 3: ПУЛСАЦИИ НА АРТЕРИИТЕ НА СТАПАЛАТА

Проверете ги пулсациите на артериите на стапалата и забележете дали тие се присутни или не. (A. Dorsalis pedis и A. Tibialis posterior)



ЧЕКОР 3: ПУЛСАЦИИ НА АРТЕРИИТЕ НА СТАПАЛАТА

Совет – присаство на ситни влакненца на прстите на стапалото обично укажува на задоволителна артериска циркулација

ЧЕКОР ЗА (ОПЦИОНО, НО ПОЖЕЛНО): МЕРЕЊЕ НА ANKLE - BRACHIAL PRESSURE INDEX (ABPI)

- Lege Artis треба да се мери со пулсен доплер, меѓутоа не е неопходен. Се мери крвниот притисок на глуждот (ankle) и се споредува (се дели) со крвниот притисок измерен на раката. Пожелно е да се има посебна манжетна за мерење на притисок на нога. Притисокот се мери на обете артерии (A. Dorsalis pedis и A. Tibialis posterior) и се зема повисоката вредност.

ЧЕКОР ЗА (ОПЦИОНО, НО ПОЖЕЛНО): МЕРЕЊЕ НА ANKLE - BRACHIAL PRESSURE INDEX (ABPI)

Интерпретација на резултатите:

- Нормално >= 1
- Клаудикација 0.9 – 0.6
- Болка во мир 0.6 – 0.3
- Заканувачка гангрена <= 0.3 или систолен притисок на глуждот под 50 mmHg



ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Сува кожа



ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Калуси: задебелена кожа на петиците, но и на други места на стапалото



ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Атлетско стапало: габични инфекции на кожата



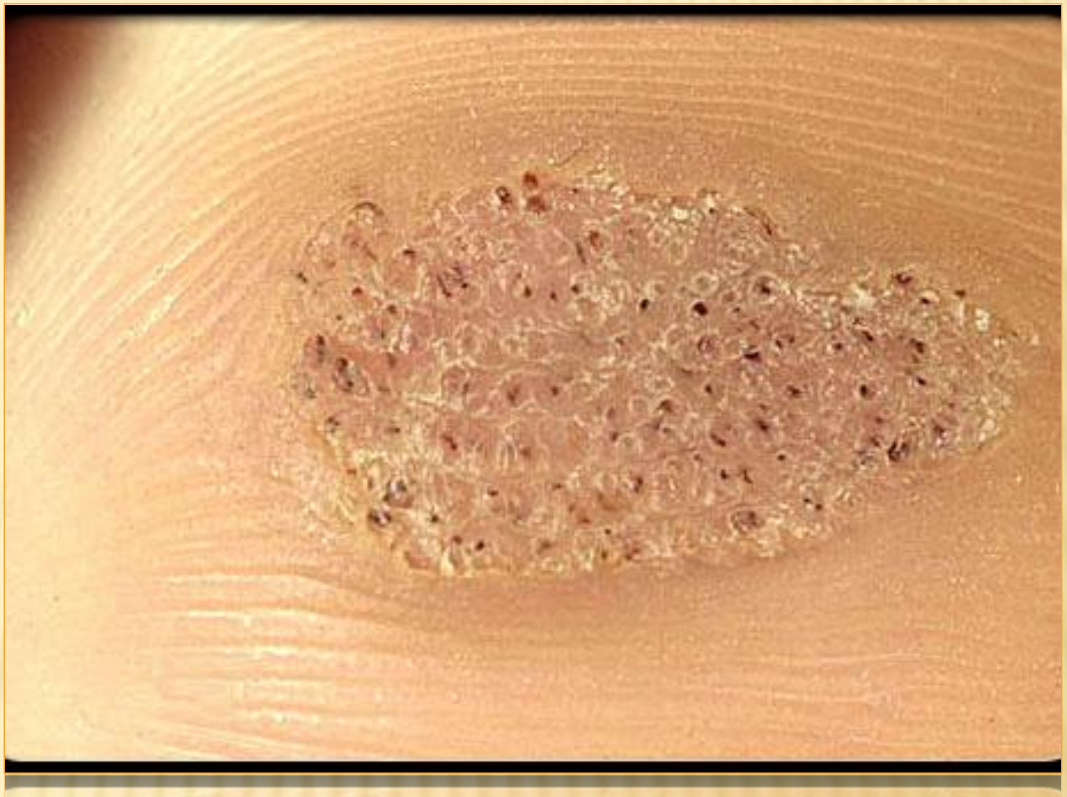
ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Меури заради тесни обувки



ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Клавуси



ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Брадавици



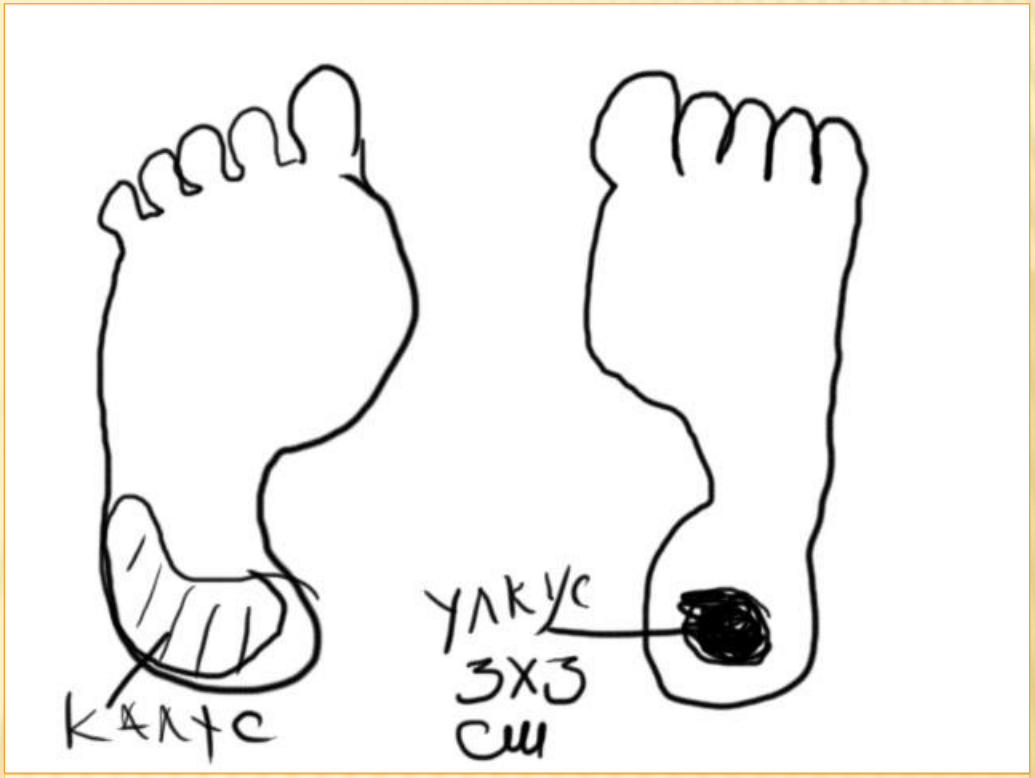
ЧЕКОР 4: СОСТОЈБА НА КОЖАТА

Улкуси на стапалото



ЧЕКОР 5: СЕНЗИБИЛИТЕТ НА СТАПАЛОТО

Прегледот се врши со монофиламент. Без пациентот да гледа се допираат зони со здрава кожа на стапалото и се бара да каже на кое место сме го допреле.



НАЦРТАЈТЕ ШЕМА СО ОПИС НА НАОДОТ



СОВЕТИ ЗА ПАЦИЕНТИТЕ ЗА НЕГА НА СТАПАЛАТА



СОВЕТ 1:

Грижете се за себе и за дијабетот. Следете ги упатствата за исхрана, вежбање и одржувајте го шеќерот во крвта на препорачаните нивоа.



СОВЕТ 2:

Секојдневно проверувајте ја кожата на стапалата за повреди, болни места, црвенило, жуљеви и други проблеми.



СОВЕТ 3:

Миете ги стапалата секојдневно со благ сапун

Водата мора да биде млака

Не киснете ги нозете

Внимателно избришете ги стапалата, особено меѓу прстите

Негувајте ја кожата на стапалата



СОВЕТ 4:

Внимателно отстранувајте ја задебелената кожа со камен или соодвентна турпија. Не сечете ја задебелената кожа. Ова треба да се прави после капење или туширање.



СОВЕТ 5:

Проверувајте ги ноктите еднаш неделно

Сечете ги рамно

Не заоблувајте ги рабовите на ноктите и не сечете ги страните на ноктите.



СОВЕТ 6:

Носете чорапи кои не ве стегаат.

Носете чорапи навечер

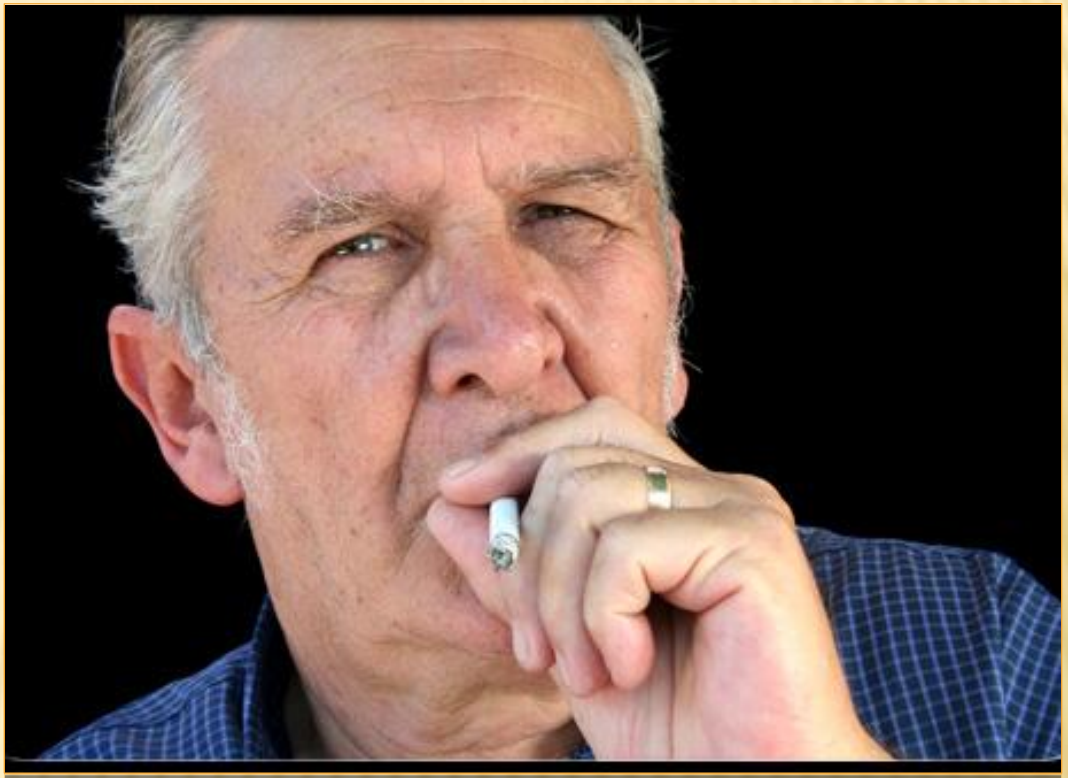
Носето обувки со затворени прсти

Чевлите мора да се комотни, да се кожни или платнени.



СОВЕТ 7:

Поткревајте ги нозете секогаш кога тоа е можно, не седете со скрстени нозе. Раздвижете ги прстите на нозете 2 – 3 пати по неколку минути секој ден.



СОВЕТ 8:

Не пушете цигари, цигарите ги влошуваат проблемите со циркулацијата



СОВЕТ 9:

Доаѓајте на контроли на стапалото барем еднаш годишно, потсетете го докторот ако заборави да ви ги прегледа, по потреба прегледувајте ги и почесто.

ДИЈАБЕТСКО СТАПАЛО

- Анамнеза:
  - Промени
  - Улкуси
  - Болки при одење
- Преглед:
  - Нокти
  - Деформитети
  - Кожа
  - Сензибилитет
  - Шема
- Совети за пациентот:
  - Контрола на дијабетот, Секојдневен преглед, Миење, Кожа, Нокти, Чорапи, Обувки, Пушење, Редовни контроли