

Ungeeignet für die Füße:

- Schere, Nagelknipser, Nagelzange
- Hartes Handtuch
- Harte Bürste
- Künstlicher Bimsstein
- Spitze Feile
- Druckstellenpflaster
- Hühneraugenpflaster/-tinktur
- Zu enge Strümpfe
- Hornhauthobel



Wichtig! Tägliche Selbstuntersuchung der Füße auf:

- Blasen und Druckstellen
- intakte Zehenzwischenräume
- trockene rissige Haut
- Strumpfgummi vermeiden
- Hornhautschwielen
- Hühneraugen
- Eingewachsene Nägel
- Fußpilz
- Anzeichen einer Entzündung
- Verletzungen

Die beste Fußvorsorge ist eine gute Blutzucker- und Blutdruckeinstellung!

Zertifizierungen



Kontakt

Asklepios Klinik St. Georg

Lohmühlenstr. 5
20099 Hamburg
www.asklepios.com/sanktgeorg

Wundmanagement
Franziska Bauersfeld
Zertifizierte Wundexpertin (ICW)
Examierte Krankenschwester

Jenny Preusch
Zertifizierte Wundexpertin (ICW)
Medizinische Fachangestellte

Mo – Fr 7:00 – 15:00 Uhr
Tel.: 040 181885-4677
Fax: 040 181885-2908



Gesund werden. Gesund leben. www.asklepios.com



Behandlung von chronischen Wunden

Diabetisches Fußsyndrom

Informationsflyer
für Patienten und Angehörige

 **ASKLEPIOS**
Klinik St. Georg





Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

mit diesem Informationsblatt erhalten Sie Informationen zum Thema „Diabetisches Fußsyndrom“.

Was versteht man unter einem diabetischen Fußsyndrom?

Durch erhöhte Blutzuckerwerte, auch Hyperglykämie genannt, beim Diabetes mellitus werden Blutgefäße und Nerven der Füße geschädigt.

Durch diese Nervenzerstörung werden vor allem die Zehen und die Füße allmählich gefühllos und Reize wie Schmerz, Druck und Temperatur werden nicht oder zu spät wahrgenommen. So können sich offene Stellen an den Füßen und Zehen entwickeln, die nur schwer wieder abheilen.

Risikofaktoren für die Entstehung eines diabetischen Fußsyndroms:

- Missempfindung durch eine Nervenstörung (Polyneuropathie)
- Verringerter Schmerzempfinden
- Hornhautschwielen
- Trockene, rissige Haut
- Verletzungen am Fuß (Blasen, Schnittverletzungen usw.)
- Verformung oder Fehlstellung des Fußes, z. B. Senk- und Plattfüße, Schiefzehen (Hallux valgus)
- Ungeeignetes Schuhwerk, z. B. zu eng, zu schmal, zu spitz, hohe Absätze
- Falsche Fußpflege

So beugen Sie vor:

1. Schuhkauf

Von außen:

- Ferse sollte festen Halt haben
- Keine hohen Absätze
- Sohle sollte sich nicht leicht verdrehen lassen
- Ausreichend Platz auch für Zehen
- Schuhsohle sollte nicht zu biegsam sein
- Weiches Obermaterial

Von innen:

- Keine harten Nähte und Ösen
- Innenfutter nicht zerrissen
- Weicher Innenschuh
- Keine harten Übergänge
- Kein vorgefertigtes Fußbett

Tipps:

- Ziehen Sie zum Schuhkauf die entsprechenden Strümpfe an, z. B. dickere Strümpfe für Sportschuhe
- Kaufen Sie Ihre Schuhe am besten in einem Fachgeschäft und am späten Nachmittag oder am Abend, da die Füße zu diesem Zeitpunkt am dicksten sind
- Tragen Sie Ihre neuen Schuhe am Anfang nur eine halbe Stunde am Tag

Wichtig! Tägliche Inspektion der Schuhe auf:

- Fremdkörper
- Sohlen oder Absätze abgelaufen
- Innenfutter faltig, gelöst oder zerrissen
- Schuwnähte kaputt
- Ausbuchtungen und Beulen im Leder

2. Richtige Fußpflege

- Täglich waschen
- Fußbäder
- Wassertemperatur bei eingeschränktem Temperaturempfinden mit einem Thermometer überprüfen (35°C – 37°C) nicht länger als 3–5 Min.
- Weiche weiße Waschlappen und Handtücher benutzen
- Bürsten und Massagehandschuhe vermeiden
- Naturbimsstein (feucht) zum Entfernen der Hornhaut
- Gründlich abtrocknen, besonders in den Zehenzwischenräumen (Gefahr einer Pilzinfektion)
- Haut mit harnstoffhaltiger (Urea 5%) Creme oder Pflegeschäum vor Trockenheit schützen, Zehenzwischenräume sollten ausgespart werden
- Nägel → vor allem an den Ecken mit einer Keramikfeile kürzen
- Menschen mit einer ausgeprägten Nervenstörung (Polyneuropathie) haben einen gesetzlichen Anspruch auf medizinische Fußpflege