



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

مرکز آموزشی درمانی روانپزشکی مهر

واحد آموزش سلامت

علت‌های زخم پای دیابتی و مراقبت از آن‌ها

شناسنامه بروشور آموزش به بیمار

عنوان: علت‌های زخم پای دیابتی و مراقبت
از آن‌ها

تأیید کننده: دکتر احد فاضلی (روانپزشک)

تهیه کننده: خدیجه فرضی (سوپروایزر آموزش

تدوین: ۱۴۰۰/۰۸/۰۴ بازنگری دوم: ۱۴۰۱/۰۸/۰۴

کفش مناسب و اندازه‌ی پا بپوشید که از بروز تاول درپاها جلوگیری می‌کند واز پوشیدن صندل و کفش جلو باز و تنگ خودداری کنید. هر روز با کفش‌های خود را چک کنید که مبادا جسم تیز یا سنگ ریزه داخل کفش‌ها باشد. هرگز بعداز حمام باقیچی یا ناخن‌گیر روی پینه‌های پا را کوتاه نکنید، بلکه با سوهان ناخن و یاسنگ پا به آرامی آن را صاف کنید.

طبق دستور پزشک داروها را مصرف کنید. به پزشک متخصص بروید تا شما را معاینه و وضعیت بیماری شما را بررسی نماید.

افراد دیابتی با کنترل دیابت خود و مراجعه به پزشک متخصص جهت درمان زخم پای دیابتی تا قبل مرحله قطع شدن عضو داروهای آنتی بیوتیک که در مراحل ابتدایی بصورت خوراکی و در مرحله حاد بصورت تزریقی و با کاهش فشار بر روی زخم با پاک کردن ناحیه زخم و شستشو و پانسمان مداوم درمان می‌گردد.

منابع :

- ۱- برونر و سودارث . پرستاری داخلی جراحی متابولیسم کربن
 - ۲- سایت وزارت بهداشت و آموزش پزشکی
- آدرس: لرستان- خرم‌آباد- کمالوند روبروی کهریز مجتمع پردیس دانشگاه علوم پزشکی لرستان- مرکز آموزشی درمانی روانپزشکی مهر
تلفن: ۰۶۶۳۳۴۱۳۰۸۳-۸۵

روی زخم فشار نیاورید و یا از کفش و جوراب تنگ استفاده نکنید.

بطور مدام پاها را از نظر حس و حرکت چک کنید چون افراد دیابتی به علت آسیب اعصاب پاها حس کمی دارند لذا آسیب و زخم بر اثر جراحت با جسم تیز و برنده را متوجه نمی‌شوند. پس روزانه پاها را از نظرایجاد زخم جدید باگسترش زخم قبلی چک کنید.

پاهای خود را نرم نگه دارد (کرم مرطوب کننده بمالید تا نرم بمانند) بین انگشتان پا را هرگز کرم نمالید، زیرا رطوبت باعث بروز عفونت قارچی پا می‌گردد.

جوراب نخی بپوشید و همچنین دقت کنید جوراب درز نداشته باشد که به پافشار بیاورد.

جلوگیری از زخم پای دیابتی به معنای کنترل بیماری دیابت است. برای کنترل بیماری خود باید میزان قندخون را اندازه‌گیری و کنترل کنید رژیم غذایی سالم و مناسبی داشته باشید.

زخم پای دیابتی

دیابت یا مرض قند از بیماری‌های شایع و ناتوان کننده انسان است که می‌تواند مشکلات جدی را برای اندام‌ها ایجاد کند. یکی از مشکلات زخم‌های مزمن و مقاوم به درمان که معمولاً در کف پای بیماران ایجاد می‌شود که آن را زخم پای دیابتی می‌گویند.

جلوگیری از ایجاد زخم در افراد دیابتی آسان نیست این افراد بیشتر دچار زخم و تاول و عفونت می‌گردند و وقتی زخم خطرناک می‌شود فقط درد و ناراحتی ندارد، بلکه با تخریب عضلات و حتی استخوان، تنها راه درمان قطع عضو است.

علت ایجاد زخم پای دیابتی :

۱. کف پا دورترین قسمت بدن از قلب است و نسبت به بقیه اندام خون کمی دریافت می‌کند و در هوای سرد زودترین اندامی است که سرد می‌شود.

۲. اختلال در خون رسانی: بیماری دیابت در بلند مدت موجب کم شدن جریان خون در بدن و به ویژه در پا می‌شود و باعث ایجاد زخم و کمبود مواد غذایی و خون رسانی و اکسیژن به پا می‌شود. با کاهش جریان خون و ایجاد زخم، زمینه برای رشد میکروب‌ها و عفونت مساعد می‌شود.

۳. اختلال حسی ناشی از نوروپاتی محیطی: در دیابت

اختلال در حس و عملکرد اعصاب پاها باعث می‌شود شخص بدون اینکه متوجه آسیب پا که در مجاورت شیء داغ، تیز و یا برنده قرار گرفته دچار شود که بعد از آسیب و عفونت و پیشرفت آن باعث از کار افتادن عملکرد آن ناحیه و در نهایت سیاه شدن یا همان قانقاریا که باعث قطع عضو یا آمپوتاسیون شود.

۴. ضعف سیستم ایمنی

۵. خشکی بیش از حد پوست پا

عوامل خطرزا پای دیابتی

□ بیماری قلبی-کلیوی

□ اضافه وزن و چاقی

□ مصرف دخانیات و الکل

□ بهداشت فردی ضعیف

□ کفش نامناسب و بی کیفیت و سایز نامناسب



علامت زخم پای دیابتی:

□ تاول و زخم بدون درد

□ از دست دادن حس پاها

□ پدید آمدن رگه‌های قرمز رنگ

□ تغییر رنگ پوست

□ تغییر شکل پاها

□ سوزن سوزن شدن پاها و سوزش

□ دردناک

□ زخم خشک یا زخم همراه با ترشح



چگونه زخم پای دیابتی را درمان کنیم؟

□ فوراً به دنبال درمان باشید (پوست بعد از جراحی

دچار عفونت و تجمع میکروب روی زخم می‌گردد)

□ زخم را تمییز کنید (با آب بشویید تا آلودگی از بین

برود. هرگز از آب اکسیژنه یا از صابون و یا بتادین استفاده

نشود، چون باعث سوزش می‌گردد.

□ پاماد و گاز استریل روی زخم را بپوشانید (پماد آنتی

بیوتیک) طبق دستور پزشک.

□ نزد پزشک بروید تا با معاینه مشکلات زخم را درمان

کند