

Wat is Diabetes

Bij Diabetes (suikerziekte) kan het lichaam de bloedsuiker niet meer regelen. Het lichaam regelt dat bij gezonde mensen heel nauwkeurig, met het hormoon insuline. Een te hoge bloedsuiker in het bloed kan op termijn tot ernstige complicaties leiden op het gebied van hart- en vaatziekten, zoals o.a. een hart- en/of herseninfarct, nieraandoeningen, oogproblemen, zenuwschade en amputatie van ledematen.

Diabetes en voetproblemen

Voetproblemen bij Diabetes hebben te maken met zenuwschade, verminderde doorbloeding en moeilijke wondgenezing.

Bloedvaten

Door een verminderde bloedcirculatie kunt u last krijgen van warme rode voeten. Het weefsel krijgt dan te weinig zuurstof. Wondjes aan uw voeten genezen slecht omdat afvalstoffen niet goed afgevoerd kunnen worden.

Zenuwen

Doordat zenuwen in uw voet minder goed functioneren kan het gevoel in uw voet verminderen of zelfs verdwijnen. Daardoor merkt u niet of er wondjes, eelt, blaren of likdoorns op uw voeten zitten, wat nare gevolgen heeft, omdat de wondjes langzaam of niet genezen.

Verminderde bewegelijkheid in de gewrichten

Doordat mensen met diabetes een verstoorde bloedsuiker hebben, kan de suiker zich aan het gewrichtskapsel binden. Dit leidt tot een verminderde bewegelijkheid in uw gewrichten en kan zorgen voor standsafwijkingen van uw voeten.

Standsafwijkingen

Een standsafwijking kan op andere plekken dan normaal druk en wrijving op de voet veroorzaken. De combinatie van druk en wrijving op de voet in combinatie met gevoelsverlies of een slechte doorbloeding is vaak de oorzaak van een (slecht genezende) wond.

Wat kan de medisch pedicure voor u betekenen?

- Behandeld voetproblemen en geeft preventieve voetzorg om uw risico op voetproblemen bij diabetes zo laag mogelijk te houden.
- Signaleert vroegtijdig voetproblemen en verwijst u zo nodig door naar de podotherapeut of arts voor nader onderzoek.
- Geeft advies op maat over de zorg voor uw voeten en schoenadvies.

(Voetzorg behandeling houdt in; het knippen en frezen van de nagels, behandelen van nagelproblemen, eelt, likdoorns en kloven en het verzorgen van de huid)

Wat kunt u zelf doen?

Besteed dagelijks aandacht aan uw voeten en benen en meld symptomen bij huisarts, podotherapeut of pedicure:

- rode plekken (drukplekken)
- roodheid, jeuk, kloofjes en schilfering
- verkleuringen van de huid (wit, blauw, rood)
- warme en opgezwollen voeten
- overgevoeligheid voor zelfs lichte druk
- verwonding waar u niets van gevoeld heeft
- ongevoeligheid of juist pijn bij warmte en kou
- tintelingen of kramp in voeten of benen
- pijn in uw benen tijdens het lopen, die bij stilstaan verdwijnt
- veranderde stand van voet of tenen

Voetproblemen voorkomen

Met onderstaande regels kunt u voetproblemen voorkomen.
Neem gerust contact op met de pedicure als u vragen of twijfels heeft.

Gouden regels bij diabetes

1. Controleer uw voeten dagelijks. Een huisgenoot kan dit ook doen. Bij blaren, wondjes, kloven aan de voet of tussen de tenen of verkleuringen aan de huid moet u die meteen melden bij pedicure of huisarts.
2. Wrijf uw voeten dagelijks in met een crème of olie die geschikt is voor diabetici.
3. Draag sokken of kousen van wol, katoen of bamboe, zonder harde naden. De sokken mogen niet knellen.
4. Loop nooit op blote voeten, ook niet in huis. Bescherm uw voeten door het dragen van goed passende, leren schoenen met de juiste hakhoogte. Loop nieuwe schoenen voorzichtig in.
5. Betast de binnenkant van uw schoenen voor u ze aantrekt. Steentjes, uitstekende spijkers en hard geworden naden kunnen uw voeten verwonden. Met uw handen voelt u veel meer dan met uw voeten!
6. Loop niet te lang achter elkaar door, rust regelmatig even uit. Controleer uw voeten na een lange wandeling.
7. Loop met kleine passen. U hoeft uw voeten dan minder af te wikkelen en de voorvoet en de hiel worden minder belast. U voorkomt blaren en wondjes.
8. Droog uw voeten na het wassen goed af, ook tussen de tenen.
9. Gebruik nooit een kruik in bed. Uw voeten voelen de warmte niet goed genoeg. Draag liever slaapsokken.
10. Knip uw nagels recht af. Gebruik nooit likdoornpleisters of tinctuur en snijdt zelf geen eksterogen of eelt weg. Bezoek regelmatig een pedicure.

Neem bij alle bijzonderheden contact op met een deskundige. Doe dit ook als u twijfelt.

U kunt mij bellen, appen of mailen met onderstaande gegevens.

!

U heeft een wondje, blaar of ontsteking ontdekt.

Wat te doen!

Neem direct contact op met uw huisarts. Dit moet zo snel mogelijk worden behandeld. Het niet op tijd behandelen van een wond bij Diabetes kan ernstige gevolgen hebben en kan zelfs leiden tot amputatie.

Vergoeding vanuit de zorgverzekering

Diabetespatiënten met een zorgprofiel van 2, 3 of 4

U krijgt een groot deel vergoed vanuit de basisverzekering. U bezoekt periodiek een medisch pedicure of een pedicure met aantekening diabetes voor behandeling van uw voeten.

De vergoeding voor uw pedicurebehandeling is opgedeeld in medische voetzorg en preventieve cosmetische voetzorg. Het medische deel van de behandeling wordt vergoed vanuit de basis zorgverzekering. Het preventieve cosmetische deel wordt niet vergoed en betaald u zelf aan de pedicure. Informeer voor het tarief bij de medisch pedicure.

Vergoeding voor specialistische technieken, zoals ortheses, nagelbeugels, gelbehandelingen en dergelijke betaald u zelf.

Diabetespatiënten met een zorgprofiel van 0 of 1

U krijgt geen vergoeding voor voetzorg vanuit de basiszorgverzekering.

In een enkel geval kunt u een deel vergoed krijgen vanuit de aanvullende zorgverzekering. Informeer bij uw zorgverzekeraar voor mogelijkheden.

Wie bepaalt het zorgprofiel?

Om voor vergoeding bij diabetes voetzorg in aanmerking te komen, heeft u een zorgprofiel én een behandelplan nodig.

- Een zorgprofiel wordt bepaald door uw huisarts, diabetesverpleegkundige of internist.
- Een behandelplan moet opgesteld zijn door een podotherapeut.

Voor behandeling van uw voeten wordt u vervolgens doorverwezen naar een medisch pedicure.