

20 糖尿病足

糖尿病足是糖尿病相当常见的慢性并发症，但其治疗也很困难。

其危害会很严重，包括：步行困难、截肢，轻则截除脚趾，重则截除足部，甚至整条腿。

糖尿病足的表现有哪些？



糖尿病性神经病变可能会减退患者对疼痛的感觉，使得患者通常注意不到小的损伤切割伤或伤害。这些伤害随后会发生感染，使得情况进一步恶化。



腿部的外周血管病是糖尿病的另一个并发症，会引起下肢血液循环不良（缺血）。



腿部缺血会非常疼痛，足部溃疡和感染也会长时间不愈合。

一些建议



若您患有糖尿病，您绝不能赤足步行，而应穿上棉袜和舒适的鞋子。



每天检查您的足部，看有无切口、损伤、发炎或肿胀的部位。



每天用温水洗脚。避免长时间泡脚，因为泡脚会使皮肤浸湿，避免使用消毒剂和酸性物质，因为它们会损害皮肤。



洗脚后记住要仔细擦干双脚，特别是脚趾间的皮肤。不要让双足直接受热（烤火或取暖器）



应该按照它们的自然形态修剪指甲，不要修剪得太短，也不要留下尖锐的边缘。最好使用不尖的纸板磨刀。



不要自己处理老茧、切口或溃疡，即使这些不很严重也不行。务必请专业人士或医生帮您处理。