

# Diabetisch voetenspreekuur

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

## informatie

# Inleiding

Uw huisarts of specialist heeft u verwezen naar een spreekuur speciaal voor mensen die diabetes hebben en voetproblemen. Dit noemen we het diabetisch voetenspreekuur. In deze folder leest u hier meer over.

## **Een diabetische voet**

Voetproblemen bij mensen met diabetes worden vaak veroorzaakt door problemen met de bloedvaten en de zenuwen. Een te hoge bloedsuiker kan op den duur de zenuwen en bloedvaten in uw voeten beschadigen. Dit kan leiden tot een verminderd gevoel. Hierdoor kunt u warmte of pijn minder of helemaal niet meer voelen. Als u blaren of wondjes niet snel ontdekt, is er een kans op infecties. Door de verminderde doorbloeding in de onderbenen kunnen deze wondjes minder snel of niet genezen. Het is dus belangrijk op wondjes zoveel mogelijk te voorkomen. Als er wondjes zijn moeten deze gelijk behandeld worden om verder complicaties te voorkomen.

## **Het spreekuur**

Bij het diabetisch voetenspreekuur werken verschillende zorgverleners samen. Zij hebben iedere een bepaalde deskundigheid. Het doel is om de huidige problemen met uw voet(en) te behandelen en mogelijk ernstige complicaties in de toekomst te voorkomen.

Tijdens uw eerste afspraak worden uw voeten uitgebreid onderzocht. Er wordt gekeken naar de doorbloeding en het gevoel in uw voeten. Het team beslist daarna welke zorgverleners het probleem aan uw voet(en) verder onderzoeken of (mee)behandelen.

De onderzoeken worden direct aangevraagd en/of de behandeling begint meteen. Door de goede afstemming tussen de zorgverleners kan snel begonnen worden met een optimale behandeling. Zo nodig wordt er ook overlegt met uw huisarts en andere zorgverleners die bij u aan huis komen.

## Vorbereiding

Wilt u bij uw apotheek een actueel medicijnoverzicht halen van alle medicijnen die u gebruikt? Dit overzicht neemt u mee naar het spreekuur.

Verder neemt u de schoenen waar u dagelijks op loopt mee. Ook neemt u de verbandmaterialen mee die u nu al gebruikt.

## Het team

Het team bestaat uit:

- Een vaatchirurg. Hij onderzoekt en behandelt problemen met de doorbloeding.
- De revalidatiearts. Deze doet uitgebreid voetonderzoek en stelt eventuele vorm en/of standsafwijking van uw voeten vast. De revalidatiearts overlegt met orthopedisch schoenmaker of en welke schoenvoorziening nodig is.
- De orthopedisch schoenmaker levert steunzolen op maat, doet aanpassingen aan confectieschoenen of verstrekt maatschoenen.
- De wondconsulent geeft advies over wondverzorging en schrijft in overleg met de specialist de wondbehandeling voor. Zij verzorgt de wonden aan uw voeten. Verder houdt zij contact met de mensen die in uw thuissituatie de wonden verzorgen.

- De podotherapeut onderzoekt en behandelt uw (voet)probleem. Overmatig eelt wordt verwijderd. De podotherapeut geeft u hulpmiddelen. Verder zorgt hij/zij ervoor dat drukplekken op uw voeten zoveel mogelijk ontlast worden. Zo nodig wordt een controle afgesproken. Ook krijgt u voorlichting en advies over voetverzorging en schoenen. De podotherapeut houdt contact met voetbehandelaars/verzorgers buiten het ziekenhuis.
- De internist zorgt ervoor dat de medicijnen voor de diabetes goed zijn ingesteld. Ook bekijkt de internist of er andere risicofactoren zijn zoals een te hoge bloeddruk en te hoog cholesterol.
- De dermatoloog beoordeelt en adviseert over de behandeling van eventuele huidafwijkingen en oedeem.
- De gipsverbandmeester maakt zo nodig tijdelijke gipsen loopvoorzieningen.

## Samen met u

U krijgt veel voorlichting en advies hoe uw voetproblemen behandeld kunnen worden. Daarnaast is het erg belangrijk om nieuwe problemen te voorkomen. Hierin heeft u zelf een belangrijke rol. U zult na het spreekuur zelf de adviezen moeten opvolgen.

### Wat kunt u zelf doen?

Als u uw voeten dagelijks goed verzorgt kunt u veel voetproblemen voorkomen. Wij adviseren u:

- Dagelijks uw voeten goed te bekijken. Bekijk ook de onderkant. Eventueel kunt u daar een handspiegel bij gebruiken.
- Controleer altijd uw voeten nadat u schoenen gedragen heeft. Let hierbij op wondjes, kloofjes, blaren (ook tussen de tenen) en verkleuringen die na een kwartier niet verdwijnen. Als u afwijkingen ziet, belt u met de wondverpleegkundige. Het telefoonnummer staat aan het einde van deze folder.

- Was uw voeten dagelijks met lauw water en zeep. Voel eerst met uw hand of de temperatuur van het water goed is. Droog uw voeten daarna goed af, vooral tussen de tenen. Gebruik geen voetenbad.
- Smeer uw voeten in met de speciale voetencrème die u voorgeschreven heeft gekregen.
- Loop niet op blote voeten of op sokken. Ook niet in huis.
- Draag wollen of katoenen sokken zonder dikke naden en van goede kwaliteit. Trek dagelijks schone sokken aan. Pantykousjes kunt u eventueel binnenstebuiten dragen om te voorkomen dat de naden in uw voet drukken.
- Laat uw nagels regelmatig knippen door een medisch pedicure die een scholing heeft gevolgd om diabetische voeten te verzorgen.
- Ga nooit zelf snijden in eelt of likdoorns. Gebruik speciale likdoornpleister. Ga voor behandeling naar uw huisarts of medisch pedicure die een scholing heeft gevolgd om diabetische voeten te verzorgen.

### **Advies voor uw schoenen**

- Bekijk dagelijks de binnenkant van uw schoenen en zolen. Let hierbij op steentjes, harde naden, uitsteeksels of een opgerolde zool. Bij afwijkingen in de schoenen belt u zo spoedig mogelijk met uw orthopedisch schoenmaker.
- Zorg dat u minstens twee paar goede schoenen heeft.
- Gebruik een lange schoenlepel bij het aantrekken van uw schoenen als u er slecht bij kunt komen.
- Zorg dat u de veters van uw schoenen goed strikt. Bij loszittende veters kunnen uw voeten gaan schuiven. Dit kan leiden tot eelt en/of wondjes.
- Draag platte schoenen. Als u toch schoenen met een hak wilt dragen, zorg er dan voor dat die niet hoger is dan 3 centimeter.

- Als u geen orthopedische schoenen krijgt adviseren wij u om uw schoenen aan het eind van de middag te kopen, omdat uw voeten dan iets dikker zijn.
- Als uw aangepaste schoenen niet goed passen of niet lekker zitten, bel dan met uw orthopedisch schoenmaker of uw revalidatiearts.
- Laat bij twijfel uw schoenen altijd controleren door de orthopedisch schoenmaker of revalidatiearts.

## Tot slot

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft of als u problemen met uw voeten ontdekt, kunt u tijdens kantooruren bellen met de wondverpleegkundige, tel. (078) 654 22 47.

### **Meer informatie**

Voor meer informatie over diabetes en/ of diabetische voeten kunt u terecht bij Diabetesvereniging Nederland.

Website: [www.dvn.nl](http://www.dvn.nl)

Diabeteslijn: tel. (033) 463 05 66

Wilt u uw mening geven over deze folder? Dat kan hier:  
[www.asz.nl/foldertest/](http://www.asz.nl/foldertest/)



Albert Schweitzer ziekenhuis  
maart 2019  
pavo 1254