Il piede diabetico*

Cos'è?

—> È una complicanza del diabete causata da un danno ai nervi (neuropatia periferica) e da una ridotta circolazione sanguigna (arteriopatia periferica) che compromettono la struttura dei piedi e ne riducono la sensibilità. Per questi motivi è difficile accorgersi della formazione di ferite che, se non vengono trattate, possono infettarsi e danneggiare i tessuti in profondità.

* Allegato al pieghevole
Il diabete
(Educazione terapeutica 4)
pubblicato da ACD

Quali problemi può causare?

Il piede diabetico può causare una perdita di sensibilità, l'alterazione nell'appoggio del piede e la comparsa di ferite che possono non guarire. Le ferite ai piedi sono comuni e possono avere esiti negativi.

→ Anche a una ferita insignificante va data la massima attenzione!

→ Avere riguardo e piccole premure oggi, permettono di evitare conseguenze gravi domani!

Come prevenirlo?

→ Fare attenzione ai cambiamenti

Controllare tutti i giorni lo stato dei propri piedi: pelle, unghie, lo spazio tra le dita, diminuzione della sensibilità.

→ Lavare con cura i piedi

Si consiglia l'utilizzo di un sapone delicato e acqua non troppo calda, con temperatura non superiore a 37 gradi.

→ Asciugare bene i piedi

e utilizzare una crema idratante

Asciugare con cura tutte le parti del piede con un panno morbido, anche tra le dita. Se la pelle è secca, spalmare tutti i giorni una crema idratante, evitando lo spazio tra le dita per non creare macerazione.

→ Non camminare mai scalzi

Evitare di stare a piedi nudi, neppure in casa o in spiaggia. È consigliato l'uso di calze senza cuciture o rammendi.

→ Uno specchio per controllare i piedi

Se non si riesce a esaminare la pianta dei propri piedi ci si può aiutare con uno specchietto.

→ Le calzature

Devono essere a pianta larga, della misura corretta e morbide, senza cuciture interne.

→ I professionisti

In caso di dubbi o necessità, rivolgersi all'infermiere, al medico o al podologo.

**Associazione
Assistenza e Cura a Domicilio
Mendrisiotto e Basso Ceresio**

**Via Pier Francesco Mola 20
6850 Mendrisio
091.640 30 60 (attivo 24h su 24h)
info@acdmendrisiotto.ch
www.acdmendrisiotto.ch**