

# Diabetische voet (Diabetes mellitus)



Diabetes mellitus is een stofwisselingsziekte waarbij het lichaam de bloedsuikerspiegel niet meer in evenwicht kan houden. Het hormoon insuline speelt hierbij een sleutelrol. Het lichaam maakt te weinig insuline aan. Mensen met diabetes kunnen last krijgen van een diabetische voet. Dit heeft te maken met bloedvaten en zenuwen die kunnen beschadigen waardoor de doorbloeding in de voeten slechter wordt.

## Symptomen diabetische voet

Een diabetische voet herkent u aan de volgende symptomen:

- Wondjes aan de voet die moeilijk te genezen zijn
- Minder gevoel in u voeten hebben
- Pijnlijke voeten
- Tintelingen in uw voeten
- Koude voeten
- Verkleurde voet of tenen
- Gezwollen voeten, ook wel de Charcot voet genoemd.

Wat kunt zelf doen om een diabetische voet te voorkomen?

- Controleer zelf u gehele voet regelmatig op veranderingen, verkleuringen en wondjes.
- Zorg voor passende schoenen
- Zorg ervoor dat uw bloedspiegel goed houdt
- Loop niet op blote voeten
- Laat een medische pedicure met diabetische voetaantekening of uw podothérapeut jaarlijks uw voeten controleren.

Goed controleren van uw voeten is erg belangrijk. Met de diagnose diabetes genezen wondjes minder snel, wat behandeling van de wondjes moeilijk maakt.

## Behandeling diabetische voet

Het behandelen van een diabetische voet is om te voorkomen dat klachten als wondjes, kloven en zweren erger worden. De podothérapeut controleert minimaal één keer per jaar uw huid op uw voeten op temperatuur, eelt- en drukplekken en de stand van uw voeten. Verder onderzoekt de podothérapeut het gevoel in uw voeten, controleert op een goede doorbloeding en bekijkt of de gewrichten vrij kunnen bewegen. Na de controle van uw voeten geeft de podothérapeut u advies

over voetverzorging, schoenadvies en eventuele behandelingen. Bij bestaande wondjes zorgt de podotherapeut er eventueel met andere specialisten voor dat de wondjes zo snel mogelijk genezen.

Afspraak maken?

Neem voor een afspraak contact op met Podotherapie Makkelijk Lopen op telefoonnummer (073) 547 00 19 of via email: [info@makkelijklopen.nl](mailto:info@makkelijklopen.nl).