



Paola Orsini
**Il piede diabetico:
preveniamo anziché curare**

Martedì 14 Aprile
DIRETTA LIVE FACEBOOK h. 18:00



Un'ora con AMD-SID-SIEDP

Supporto



IL PIEDE DIABETICO: PREVENIAMO ANZICHE' CURARE

A cura della Dr.ssa Paola Orsini

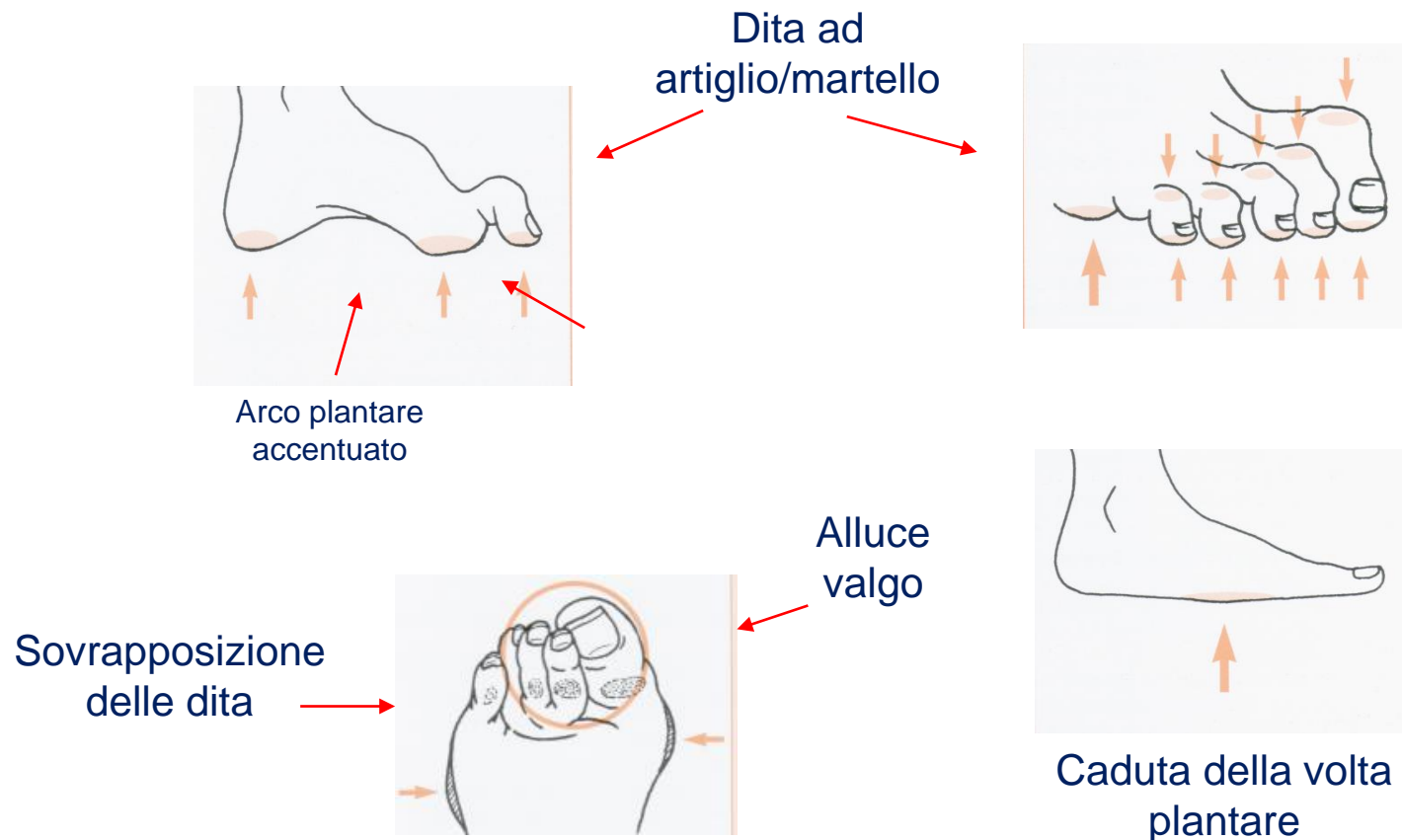
UOC Diabetologia e Malattie Metaboliche - Livorno

Direttore: Dr Graziano Di Cianni



Servizio Sanitario della Toscana

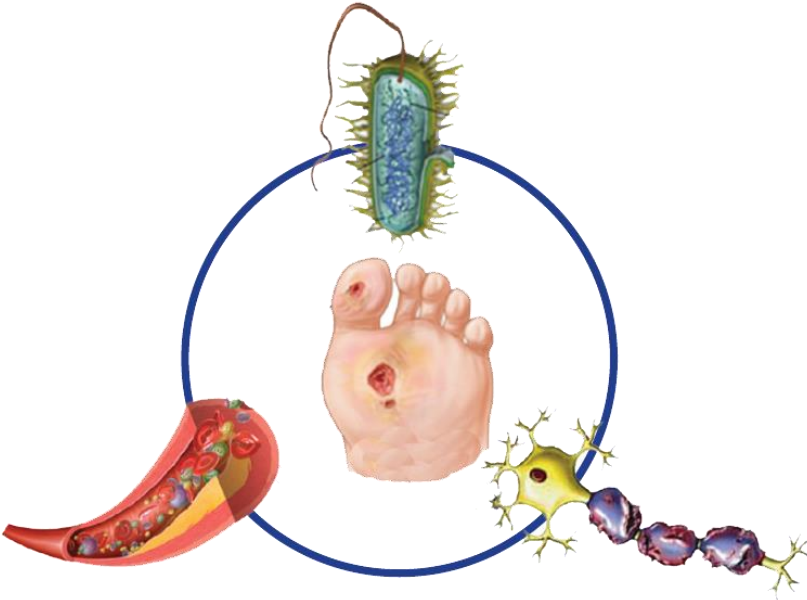
La NEUROPATIA DIABETICA (periferica sensitivo-motoria e vegetativa) rappresenta il principale fattore di rischio di ulcerazione



MA NON SOLO.....

Nelle persone con Diabete, le ulcere ai piedi si possono formare per la concomitanza di 3 fattori favorenti ognuno dei quali può essere presente in percentuale diversa in ogni persona. Tali fattori sono:

- **Ridotta vascolarizzazione**
- **Ridotta sensibilità (neuropatia)**
- **Infezioni batteriche**



Nelle slide successive saranno date delle raccomandazioni per evitare la formazione delle ulcere ai piedi (Piede Diabetico) o la loro ricomparsa una volta guarite, ALLE QUALI ATTENERSI SEMPRE!

ISCHEMIA + NEUROPATIA

=

ASSENZA DI DOLORE

Ma ASSENZA DI DOLORE!

=

SOTTOVALUTAZIONE DEL PROBLEMA

=

PROGRESSIONE DELLA PATOLOGIA

LA PREVENZIONE DEL PIEDE DIABETICO



Ispezionare quotidianamente i piedi, comprese le zone tra le dita per rilevare cambiamenti di colore, comparsa di tagli e/o ulcere, gonfiore e macerazioni.

CORRETTA IGIENE E CURA DEL PIEDE



Lavare quotidianamente i piedi con acqua tiepida (36-37 C) e sapone neutro

Sentire con le mani che l'acqua non sia troppo calda
(nel diabete si perde la sensibilità dei piedi)

L'acqua troppo calda può ustionare e causare gravi lesioni. I pediluvi debbono essere brevi e comunque non superiori ai 5 minuti.

CORRETTA IGIENE E CURA DEL PIEDE



Asciugare bene i piedi, anche tra le dita con un panno morbido.

Evitare:

SPAZZOLE – GUANTI RUVIDI – PRODOTTI IRRITANTI

CURA DELLE UNGHIE

Igiene delle unghie



- Oppure tagliarle avendo cura di non procurarsi ferite utilizzando per questo forbici con punte arrotondate

- Mantenerle nè troppo lunghe nè troppo corte
- Usare settimanalmente una limetta per le unghie

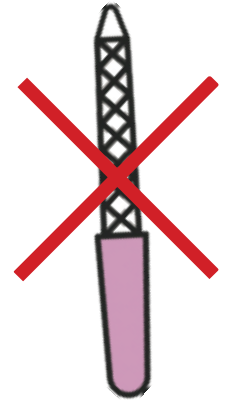
LA CURA DEL PIEDE



E' consigliato l'uso frequente di creme idratanti per la pelle secca a base di vitamina E. La pelle secca va incontro più frequentemente a screpolature e ai tagli (entrambi porta di ingresso ai batteri e quindi alle infezioni)

STRUMENTI CONSIGLIATI E NON

- Non utilizzare mai “oggetti taglienti” (Forbici a punta, pinzette taglienti, lamette da barba, coltelli, lime metalliche)



Perchè causano frequentemente ferite

In casi di duri e callosità, usare la pietra pomice

Al termine di questa operazione è bene massaggiare con una crema a base di urea al 25-30% i talloni e le zone di ipercheratosi



DOMANDE



Un'ora con AMD-SID-SIEDP

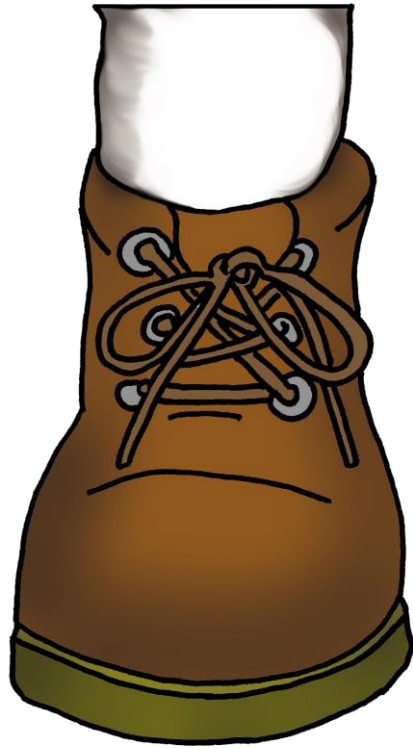
Supporto tecnologico



QUALE CALZATURA ????



LA PREVENZIONE DEL PIEDE DIABETICO



Calzature adeguate dovrebbero essere utilizzate sia in casa che all'aperto e dovrebbero essere adattate alla particolare situazione del piede nel paziente diabetico:

- **Pianta larga**
- **Tacchi bassi:**
 - per uomini 2-3 cm
 - per donne 3-5 cm
- **Se nuove, cambiare ogni 2 ore**

- **Suola e tomaia in pellame**

Le scarpe indossate devono avere cuciture esterne o nessuna cucitura.

**Soprattutto in caso di ridotta sensibilità
NON dimenticare di**



**Ispezionare e palpare giornalmente la parte
interna della scarpe**

Valutare calzatura in uso per evitare conflitti



E LA BIANCHERIA???.



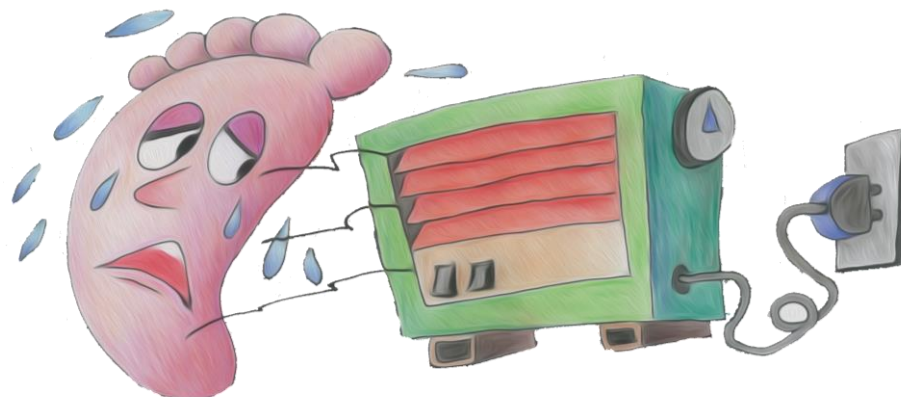
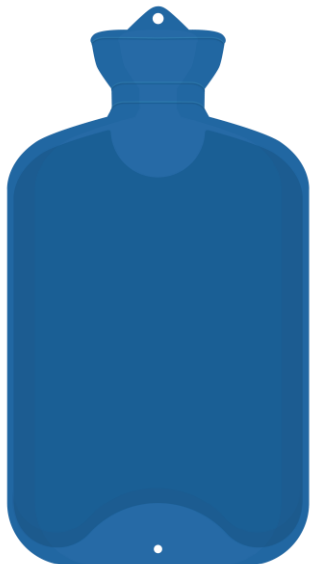
Cambiare giornalmente i calzini che devono essere morbidi e puliti, non troppo spessi ne troppo sottili e senza cuciture interne ed esterne

COMPORAMENTI DA EVITARE



Mai camminare a piedi nudi, neanche sulla sabbia

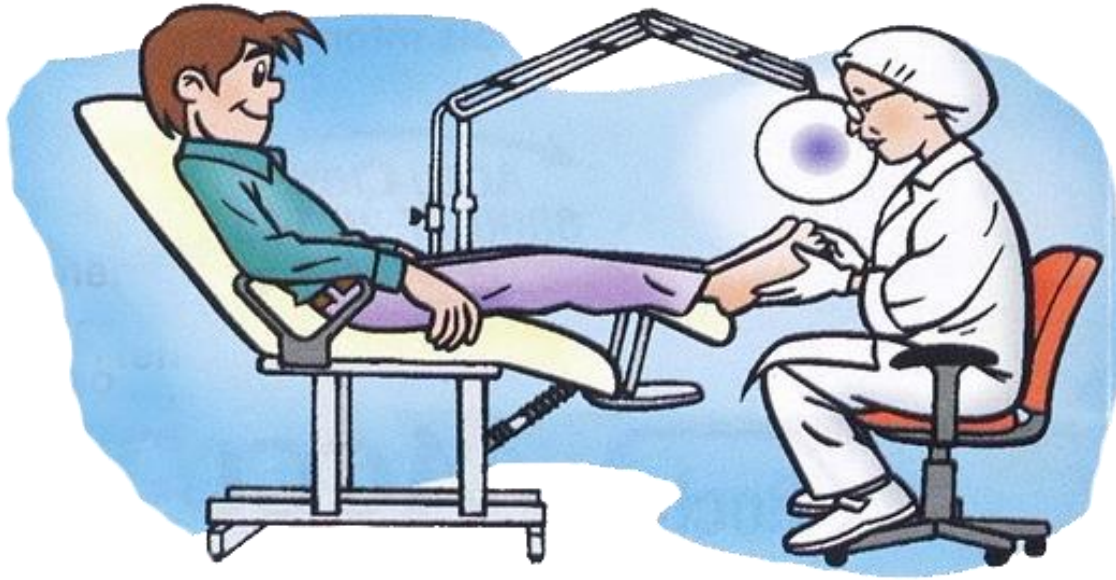
COSA FACCIO SE



Se i piedi sono freddi, evitare fonti di calore quali:

- radiatori
- borse acqua calda
- stufette
- coperte termiche

LA PREVENZIONE DEL PIEDE DIABETICO



Se non si è capaci da soli a mantenere una corretta igiene delle unghie (per vista insufficiente, per mani tremanti, per insicurezza ecc) farsi aiutare da un familiare o da un'altra persona.

COSA FACCIAMO SE....

Se ho ... **sudorazione eccessiva** il piede va incontro facilmente a macerazione e alle conseguenti infezioni. **Pertanto in queste condizioni seguire le seguenti raccomandazioni:**

- Praticare frequenti lavaggi dei piedi
- Cambiare spesso le calze e i calzini
- Evitare prodotti irritanti

COSA FACCIAMO SE....

Se ho ... **modifiche alle unghie** che possano essere sopraggiunte in qualsiasi momento

- unghie troppo fragili
- modifica del colore
- ispessimenti

In tale caso avvisare il medico

NON SOTTOVALUTARE E ASCOLTA IL TUO PIEDE!!!!



DOMANDE



Un'ora con AMD-SID-SIEDP

Supporto tecnologico





Un'ora con AMD-SID-SIEDP



Seguici su Facebook
Associazione Medici Diabetologi AMD
Fondazione Diabete Ricerca Onlus
SIEDP Società Italiana di Endocrinologia e Diabetologia Pediatrica

Supporto tecnologico

