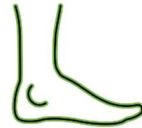


Preventie van diabetische voetwonden



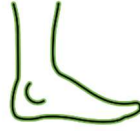
Dagelijkse zorg wonde

Dagelijkse voethygiëne:

- wassen met lauw water en deppend drogen,
- voeten insmeren met hydraterende crème (niet tussen de tenen)
- knip teennagels recht maar niet te kort af, strijk eventuele scherpe randen voorzichtig glad met een nagelvijsl

Dagelijkse voetinspectie op aanwezigheid van:

- huidafwijkingen (zwellen, blaren, snijwonden, kloven)
- nagelafwijkingen,
- oedeem en kleurveranderingen (rood, blauw, wit, zwart)
- gevoelsstoornissen nagaan (perifere neuropathie)



Bij kloven, eeltvorming of likdoorns: niet zelf verwijderen
maar doorsturen naar een erkende podoloog of medisch
pedicure

Bij aanwezigheid van een wonde aan de voet, ga naar de
huisarts/behandelende arts voor controle of stuur door naar
een erkende diabetische voetkliniek

Zorg dat schoenen niet knellen of drukpunten hebben

Loop niet op blote voeten (binnen en buiten)

Controle van de glycemie via huisarts/behandelende arts of
endocrinoloog

Probeer te stoppen of te verminderen met roken