

Cuándo avisar al médico: señales importantes de alerta en los pies

El examen de rutina del pie en pacientes diabéticos tiene que ser parte de una consulta médica general. Si tus pies han sido ignorados durante la visita regular al doctor, usted debe recordarle a su doctor en su visita. Yo recomiendo fuertemente que cada paciente con diabetes tiene que estar bajo el cuidado de un especialista del pie (Podiatra). El chance de tener complicaciones de un pie diabético puede ser mayormente reducido, si tu estas bajo el cuidado de un especialista regularmente. Cuidados preventivos básicos del pie consisten en la detección temprana de cualquier cambio que ocurra en los pies diabéticos y una temprana intervención médica y quirúrgica y las consecuencias de una suma muy costosa.

QUE DEBE DE NOTIFICAR A SU ESPECIALISTA DEL PIE (PODIATRA) EN SUS VISITAS REGULARES

1. El desarrollo reciente de alguna llaga nueva en sus pies.
2. Cualquier cambio de color reciente en sus pies.
3. Cualquiera cambio en la sensación de sus pies, ya sea dolor o adormecimiento. Eso pudiera ser la sensación ocasional de quemadura y sentir hormigueo y/o alfileres y la sensación de agujas.
4. Cualquier cambio en las deformidades del pie tales como una formación o empeoramiento de los dedos en martillo, los juanetes, los callos y las callosidades si son dolorosas o no.
5. Dolor o calambres en el muslo, la nalga o la pierna, que se han desarrollado recientemente o se vuelven peor.

6. Cualquier inflamación, enrojecimiento, calor en los pies que se acompaña con fiebre y escalofríos. Verdaderamente en este caso, no espere hasta su próxima visita al doctor, permita que su podiatra lo examine inmediatamente.
7. El desplome o colapso indoloro del arco del pie, especialmente se acompaña de inflamación, calor y enrojecimiento entero del pie. Esto puede ser el signo temprano revelador del pie diabético de Charcot. Esta condición necesita la atención médica inmediata para diferenciar de una infección. Usted necesita el descanso completo en cama y avisar a su especialista del pie.
8. Si de repente los dedos se vuelven azules (cianóticos) también necesitan atención médica inmediata a pesar del grado del dolor. Esto puede ser el comienzo de gangrena espontánea del dedo por un embolismo (coagulo) arterial.
9. No espere su próxima visita al doctor si usted nota enrojecimiento alrededor de la uña, ampollas, y el líquido que huele mal debajo de los callos o callosidades. La urgencia está indicada.
10. Los cambios en la condición de la piel, tales como un aumento en la resequedad, se desarrollan nuevas grietas alrededor del talón, para ser mencionadas a su doctor.
11. Cualquier signo reciente de la pérdida de vello en los dedos del pie o la pierna.
12. El dolor de la pierna en la noche cuando usted esta acostado en su cama, se levanta y se alivia al caminar alrededor.
13. Si usted ha comprado un par nuevo de zapatos, permita que su especialista del pie (Podiatra), examine los zapatos antes de que usted los use.

AUTOEXAMEN

(V F) verdadero o falso

1. Si usted nota un líquido con mal olor debajo de un callo.

A. Usted debería aplicar alguna solución antiséptica alrededor del callo.

B. Tomar algunos antibióticos que usted ha tenido previamente recetados por su doctor cuando tenía gripe.

C. Usted puede ignorarlo, tan solo que no haya dolor.

D. Sumergir el pie en agua caliente tres veces al día.

E. LLAME A SU DOCTOR INMEDIATAMENTE.

2. Todo el pie esta rojo e hinchado, todavía usted no tiene experiencia en dolor o molestia cuando se para o camina.

A. Usted puede tener una infección.

B. Usted puede haber empezado a desarrollar un pie de Charcot.

C. Quite el pie inmediatamente del agua caliente y llame a su doctor.

D. Todas las anteriores.

3. Un calambre del músculo de la pantorrilla al caminar y se vuelve severo mientras pasan los días. Esto significa:

A. Usted tiene artritis

B. Usted puede tener de repente un bloqueo de las arterias de sus piernas.

C. Usted puede tener un músculo desgarrado.

D. Llame a su doctor.

E. Todas las anteriores.

4. En donde encuentra usted los pulsos en su pie?
5. Nombre todos los signos de pobre circulación del pie.
6. Que síntomas indican que usted pueda tener neuropatía diabética?
7. Porque la Neuropatía es tan peligrosa?
- 8.Cuál es la causa más común de úlceras en la parte baja del pie?
- 9.Cuál es la medida más simple para prevenir las úlceras en la parte baja del pie?
- 10.Cuál es la causa más común de las uñas gruesas y amarillas?
11. Cual podría ser la consecuencia más severa de tener una piel seca en un pie?
12. Como las plantillas pueden prevenir úlceras en el pie?

1. (E) 2. (D) 3. (E)