

ما الذي يجب إبلاغ الطبيب به: العلامات التحذيرية الأساسية للقدم لدى مرضى السكري

يجب أن يكون فحص القدم الروتيني لمرضى السكري جزءا من الفحص الطبي المنتظم. إذا تم تجاهل القدمين أثناء زيارتك المنتظمة للطبيب ، فيجب عليك تذكير طبيبك في زيارتك القادمة. أوصي بشدة أن يكون كل شخص مصاب بداء السكري تحت رعاية أخصائي قدم ، أخصائي أقدام. يمكن تقليل فرصة الإصابة بمضاعفات القدم السكرية بشكل كبير إذا كنت تحت رعاية أخصائي بشكل منتظم.

تتكون العناية الوقائية الأساسية بالقدم من الكشف المبكر عن أي تغييرات تحدث في القدم المصابة بداء السكري والتدخل الجراحي والطبي المبكر لتعويض العواقب المكلفة.

ما يجب عليك إخطار طبيب الأقدام الخاص بك في زيارتك المنتظمة

1. التطور الأخير لقرحة جديدة على قدميك.
2. أي تغيير لون حديث لقدميك.
3. أي تغيير في كيفية شعور قدميك ، سواء كان ذلك الألم أو خدر. قد يكون هذا هو الإحساس العرضي بالحرقان والوخز و / أو الإحساس بالدبابيس والإبر.
4. أي تغيير في تشوهات القدم مثل تشكيل أو تفاقم أصابع المطرقة والأورام والذرة والنسيج سواء كانت مؤلمة أم لا. 5.
5. ألم أو تقلصات في الفخذ أو الأرداف أو الساق ، والتي تطورت مؤخرا أو تزداد سوءا.
6. أي تورم واحمرار وحرارة في القدمين مصحوبة بحمى وقشعريرة. حقا في هذه الحالة ، لا تنتظر حتى زيارتك القادمة.
7. للطبيب ، دع طبيب الأقدام يفحصك على الفور.
8. يصاحب الانهيار غير المؤلم لقوس القدم ، خاصة الالتهاب والحرارة واحمرار القدم بأكملها. قد تكون هذه هي العلامة المبكرة المنبهة لقدم شاركو السكرية. تحتاج هذه الحالة إلى عناية طبية فورية للتمييز عن العدوى. أنت بحاجة إلى راحة كاملة في الفراش وإخطار أخصائي قدمك.
9. إذا تحولت أصابع القدم فجأة إلى اللون الأزرق (مزرقة) فإنها تحتاج أيضا إلى عناية طبية فورية بغض النظر عن درجة الألم. قد تكون هذه بداية الغرغرينا العفوية لأصابع القدم من انسداد الشرايين. لا تنتظر زيارة طبيبك التالية إذا لاحظت احمرارا وبثورا وسوائل كريهة الرائحة تحت مسامير اللحم أو النسيج.
10. التغيرات في حالة الجلد ، مثل زيادة الجفاف ، تظهر تشققات جديدة حول الكعب ، ليتم ذكرها لطبيبك.
11. أي علامات حديثة لتساقط شعر إصبع القدم أو الساق.
12. ألم الساق في الليل عندما تكون مستلقيا على السرير ويتم تخفيفه عن طريق التجول.

اختبر نفسك

(ر و) صحيحة أو خاطئة

1. إذا لاحظت وجود سائل كريه الرائحة تحت الكالس .

ج: يجب وضع بعض المحلول المطهر حول الكالس .

ب. تناول بعض المضادات الحيوية التي سبق أن تناولتها من الطبيب عندما أصبت بالأنفلونزا

ج. يمكنك تجاهله طالما لا يوجد ألم

د. نقع القدم في ماء دافئ ثلاث مرات في اليوم

هـ. اتصل بطبيبك على الفور

2. القدم بأكملها حمراء ومنتفخة ، ومع ذلك لا تشعر بأي ألم أو إزعاج عند الوقوف والمشي .

ج: قد يكون لديك عدوى

ب. ربما تكون قد بدأت في تطوير قدم شاركو

ج. انزل عن قدمك على الفور واتصل بطبيبك

د. كل ما سبق

3. يصبح تشنج عضلة الربلة أثناء المشي شديدا خلال الأيام القليلة الماضية. هذا يعني

أ. لديك التهاب المفاصل

ب. قد يكون لديك انسداد مفاجئ في شرايين ساقك

ج. قد يكون لديك تمزق في العضلات

د. اتصل بطبيبك

هـ. كل ما سبق

4. أين تجد النبضات الخاصة بك في القدم

5. اسم جميع علامات ضعف الدورة الدموية في القدم

6. ما التوقيع والأعراض تشير قد يكون لديك اعتلال الأعصاب السكري.
7. لماذا الاعتلال العصبي خطير جدا.
8. ما هو السبب الأكثر شيوعا لقرحة القدم في الجزء السفلي من القدم.
9. ما هو الإجراء الوقائي البسيط الذي يمكنك القيام به لمنع تقرحات القدم في أسفل القدم.
10. ما هو السبب الأكثر شيوعا للأظافر السمكة المصفرة.
11. ما يمكن أن يكون نتيجة الجلد الجاف بشدة على القدم.
12. كيف تساعد تقويم العظام في منع تقرحات القدم.

1. (هـ). 2. (د). 3. (هـ).