

جروح القدم وتقرحاتها لدى مرضى السكري

لماذا تعتبر جروح القدم خطيرة عند مرضى السكري؟

إذا كنت مصابًا بداء السكري، فإن جروح القدم تُعدّ خطيرة جدًا ولا يجب تجاهلها أبدًا. معظم حالات بتر الأطراف لدى مرضى السكري تبدأ بجرح صغير في القدم.

الجلد هو خط الدفاع الطبيعي للجسم ضد العدوى. وعندما يتشقق الجلد أو ينفتح، يمكن للجراثيم أن تدخل وتسبب مشكلات خطيرة.

ما هي قرحة القدم؟

قرحة القدم هي أي جرح مفتوح أو تمزق في الجلد. قد تبدأ بحجم صغير جدًا، مثل:

- فقاعة جلدية
- تشقق في الجلد الجاف
- جرح أو ثقب (مثل الدوس على مسمار)

حتى الجروح الصغيرة قد تصبح خطيرة إذا لم تُعالج في وقت مبكر.



الشكل 1



الشكل 2



الشكل 3



الشكل 4



الشكل 5



الشكل 6

لماذا تحدث جروح القدم؟

غالبًا ما تحدث جروح القدم بسبب **الضغط**، خاصة عندما يقل الإحساس في القدمين.
هناك ثلاثة أنواع رئيسية من الضغط:

1. ضغط مستمر

- مثال: الاستلقاء في السرير لفترة طويلة مع وجود ضغط على الكعب (الشكل 1)
- مثال: ارتداء أحذية ضيقة لساعات طويلة (الشكل 2)

2. ضغط مفاجئ

- مثال: الدوس على مسمار أو إبرة (الشكل 3)

3. ضغط متكرر (الأكثر شيوعًا)

- يحدث نتيجة المشي المتكرر على نفس نقطة الضغط (الشكل 4)
- غالبًا ما يرتبط بـ:
 - انحراف إبهام القدم (الوكعة)
 - أصابع المطرقة
 - القدم المسطحة
 - تقوس القدم العالي (الشكل 5)
- يؤدي إلى تكوّن مسامير جلدية قد تنفتح وتتحول إلى جروح (الشكل 6)

لماذا لا تكون هذه الجروح مؤلمة؟

يعاني العديد من مرضى السكري من **اعتلال الأعصاب**، وهو فقدان الإحساس في القدمين.
وبسبب ذلك:

- قد لا تشعر بالألم
- قد لا تلاحظ وجود جرح
- قد تستمر في المشي عليه مما يزيده سوءًا

لهذا السبب، فإن فحص القدمين يوميًا أمر بالغ الأهمية.

كيف تتحول المسامير الجلدية إلى جروح؟

تتكوّن المسامير الجلدية فوق نقاط الضغط وتحت المسمار، قد يحدث:

- تكوّن فقاعة جلدية (الشكل 7)
- نزيف
- انفتاح الجلد

وبمجرد انفتاح الجلد، يمكن أن تبدأ العدوى بسرعة (الشكل 8).



الشكل 7



الشكل 8

عوامل أخرى تزيد من خطر جروح القدم

تزداد احتمالية الإصابة بجروح القدم إذا كنت تعاني من:

- جلد جاف ومتشقق، خاصة في الكعبين (الشكل 9)
- فطريات القدم بين الأصابع (قدم الرياضي) (الشكل 10)
- إصابات في القدم
- أحذية غير مناسبة
- ضعف التحكم في مستوى السكر في الدم
- ضعف تدفق الدم (الشكل 11)



الشكل 9



الشكل 10



الشكل 11

كيف يتم علاج جروح القدم؟

يعتمد العلاج على سبب الجرح، لكنه يشمل عادةً:

- تخفيف الضغط عن القدم (أحذية طبية خاصة، أحذية واقية، جبائر، عكازات، أو دراجات طبية)
- تنظيف الجرح وتغطيته جيدًا
- المراقبة الدقيقة لعلامات العدوى

بعض الجروح تحتاج إلى ضمادات خاصة أو علاجات متقدمة يحددها الطبيب.

كم يستغرق الشفاء؟

لا يوجد وقت محدد للشفاء.

علامة إيجابية:

- إذا انكمش حجم الجرح إلى النصف خلال 4 أسابيع، فعادةً يلتئم خلال 6 أشهر.

يعتمد الشفاء على:

- التحكم الجيد في سكر الدم
- تجنب تحميل الوزن على القدم المصابة
- العناية الصحيحة بالجرح

ما الذي قد يبطئ الشفاء؟

1. ارتفاع سكر الدم

- يبطئ عملية الشفاء
- يجعل مقاومة العدوى أكثر صعوبة

2. العدوى

- علامات التحذير (الشكل 12)
- احمرار
- تورم
- سخونة في المنطقة
- إفرازات
- حمى أو قشعريرة (علامات خطيرة)

3. ضعف تدفق الدم (الشكل 13)

- الدم ينقل الأكسجين والمغذيات والمضادات الحيوية
- ضعف الدورة الدموية قد يوقف الشفاء



الشكل 12



الشكل 13

من يعالج جروح القدم لدى مرضى السكري؟

أفضل علاج يكون من خلال فريق طبي متكامل، وقد يشمل:

- أطباء القدم (أخصائيي طب الأقدام)
- أطباء الرعاية الأولية أو أطباء الغدد الصماء
- أخصائيي الأوعية الدموية
- أخصائيي الأمراض المعدية
- ممرضي العناية بالجروح

غالبًا ما يقود طبيب القدم خطة علاج القدم.

كيف يمكنني الوقاية من جروح القدم؟

الوقاية هي أهم خطوة.

:يوميًا

- افحص أسفل قدميك
- افحص بين أصابع القدم
- راقب أي احمرار، تشققات، فقاعات، أو تورم

:الأحذية

- افحص داخل الحذاء قبل ارتدائه
- تجنب الأحذية الضيقة أو التي تسبب احتكاكًا
- ارتدِ نعالًا واقية داخل المنزل
- لا تمش حافي القدمين أبدًا، حتى في البيت

:التصرف المبكر

- إذا لاحظت أي مشكلة، اتصل بطبيبك فورًا
- العلاج المبكر يوفر الوقت والمال ويحمي قدميك

الخلاصة

المشكلات الصغيرة في القدم قد تتحول إلى مشكلات خطيرة لدى مرضى السكري.
الفحص اليومي والعناية المبكرة يمكن أن تمنع العدوى، الإقامة في المستشفى، وحالات البتر.

اضغط للعثور على أخصائي قريب منك