

مخاطر خفية تحت الظفر: أخطار صامتة على القدم لدى مرضى السكري

تعتبر مشاكل أظافر القدم لدى مرضى السكري ذات أهمية قصوى لأنها يمكن أن تكون الأسباب المتكررة للعدوى والغرغرينا ، وفي معظم الأحيان لا يلاحظها الجسم كثيرا أثناء الفحص البدني الروتيني في عيادة الطبيب. الوظيفة الرئيسية للأظافر هي الحماية ، وهي تساعدنا على تقدير اللمسة الدقيقة ، ولكن الأظافر ليس لها وظائف ملحوظة باستثناء الأسباب التجميلية وربما حماية أصابع القدم.

بدون الجلد ، تحتوي الأظافر على نسبة منخفضة من الماء ، وبالتالي فهي أكثر صلابة وتنمو بشكل أبطأ. هم عرضة للعدوى الفطرية والجلد حول الظفر (الشكل 1-5) عرضة للعدوى البكتيرية. يمكن أن تظهر الأظافر تغيرات بطيئة تشير أحيانا إلى أمراض جهازية خبيثة مثل مرض السكري (الشكل 2-5) ومشاكل الغدة الدرقية ومشاكل هرمونية أخرى.



2-5 عدوى فطرية للظفر



التين 1-5 عدوى فطرية للجلد التين

تحتاج الأظافر إلى إمدادات كافية من الدم والأكسجين والمواد المغذية. ومع ذلك ، عندما تتلف الدورة الدموية بسبب معاناة المريض من داء السكري ، فإن الأظافر تعاني من العديد من أنواع التغيرات المرضية. تصبح هشّة وببيضاء ورقيقة عندما يكون هناك ضعف في الدورة الدموية (الشكل 3-5).



الشكل 3-5

أظافر نام

في البداية جزء من أظافر تخترق الجلد المحيط ويخلق أظافر نام. هذه حالة مؤلمة ، ولكن إذا كنت غير قادر على الشعور بالألم بسبب الاعتلال العصبي ، فقد يمر هذا دون أن يلاحظه أحد. الدورة الدموية التالفة في مرضى السكري يعيق الجلد للشفاء ويحفز نخر (موت الأنسجة) من الأنسجة المحيطة بها (الشكل 4-5). يمكن أن تتكاثر البكتيريا بسرعة في هذا النسيج الميت (الشكل 5-5). هذه العملية المعدية هي التي تحفز المزيد من نخر المزيد من الأنسجة. يصبح إصبع القدم أبيض إلى رمادي اللون ، قبل أن يتحول إلى إصبع أسود غنغريني (الشكل 5-6). يصبح العظم الموجود تحت أظافر القدم مصابا ونخرا. يمكن أن تحدث هذه العملية برمتها في غضون أيام قليلة بينما يكون المريض غير مدرك تماما للألم الناتج عن الاعتلال العصبي. في هذا الوقت ، تكون المضادات الحيوية غير فعالة بسبب انخفاض تدفق الدم إلى القدم مما يمنع وصول المضاد الحيوي إلى إصبع القدم الغنغريني والمصاب. الرائحة الكريهة للغرغرينا ناتجة عن البكتيريا اللاهوائية التي لا تتطلب الأكسجين للبقاء على قيد الحياة. هذه مدمرة للغاية وتتكاثر بسرعة لأنه لا يوجد أكسجين يصل إلى المنطقة. في هذا الوقت ، يصبح بتر أصابع القدم ضروريا.



5-5 أظافر نام المصابة
مع ضعف الدورة الدموية



الشكل 4-5 أظافر نام الشكل



الشكل 5-6 الغرغرينا من المصابين
نام اصبع القدم مسمار

?ثم ما هي أسباب أظافر نام على القدم

ربما يكون أحد الأسباب الأكثر شيوعا هو قص الأظافر بشكل غير صحيح. لا تقص أظافرك قصيرة جدا. سبب آخر لظفر القدم الناشئ هو صندوق الأحذية الضيق الذي يضغط على حواف الظفر لأسفل على جلد إصبع القدم أو على جانبي الظفر.

في بعض الأحيان ، كما في حالة الشخص المصاب بالورم ، يضغط إصبع القدم الكبير على إصبع القدم الثاني ، مما يتسبب في حفر أحد المسامير أو كليهما (الشكل 5-7). يمكن أن يحدث الظفر المنغرز أيضا عندما يدفن الظفر في اللحم المحيط ويتفاقم بسبب الأحذية الضيقة. في بعض الأحيان ينحني الظفر بضغط المرتبة عند الظفر. في بعض الناس ، يتم تشويه إصبع القدم الكبير ، ويضغط سطح الأرض على الجلد ، مما يتسبب في ظهور مسمار نام



الشكل 5-7

?إذا كيف يمكنك منع أظافر نام والعدوى

منع أظافر نام بسيطة مثل تقليم الأظافر بشكل صحيح.

إذا كنت مصابا بمرض السكري ، فيجب أن تكون تحت رعاية أخصائي القدم السكري ، وهو طبيب أقدام. يجب التخلص من مقصات الأظافر المستخدمة في جميع أنحاء المنزل ، خاصة إذا كانت صدئة ، حيث يجب تجنب قطع بشرتك عن طريق الخطأ. إذا كنت تعاني من مرض شديد في الشرايين واعتلال عصبي ، فمن المستحسن أن يقوم شخص آخر بقص أظافرك ، ويفضل أن يكون طبيب أقدام. الزيارات الروتينية لأخصائي الأقدام هي الطريقة الأكثر فعالية لتقليل عدد عمليات البتر لدى مرضى السكري. كل عام في المتوسط من 35,000 إلى 40,000 مرضى السكري الخضوع لبتر إصبع القدم أو القدم أو الساق ، بتكلفة قدرها 10 مليار دولار. لا يشمل هذا الرقم تكلفة إعادة التأهيل ، والأطراف الصناعية ، والوقت الضائع من العمل ، وفقدان العمل ، ومدفوعات الرعاية الاجتماعية. بعض أسباب هذه البتر ناتجة عن أظافر أصابع القدم المصابة البسيطة.

يوصي بعض الأطباء بعلاج لملء زاوية الأظافر بالقطن أو قص مركز الظفر بشكل "الخامس" ، لكنني شخصيا لا أوصي بهذا النوع من العلاج لأنه ليس له أي وظيفة أو غرض. يعد تجنب استخدام الأحذية الضيقة والمدمبة على صندوق إصبع القدم طريقة جيدة لمنع هذه المشكلة. لكن أفضل طريقة للوقاية من المضاعفات الثانوية لأظافر القدم الغارزة هي الفحص الذاتي كل يوم والزيارات المنتظمة لطبيب الأقدام كل شهر.

افحص قدميك يوميا. إذا كان هذا الاختبار صعبا ، فاستخدم مساعدة أحد أفراد الأسرة أو استخدم مرآة يدوية ، والتي ستساعدك على فحص قيعان قدميك. تحقق دائما من وجود أي احمرار حول أظافرك ، حتى لو لم تشعر بعدم الراحة أو الألم في أصابع قدميك. يمكن أن يكون الاحمرار والالتهاب أول علامات العدوى. أخبر طبيبك على الفور ، ولا تحاول علاج المشكلة بنفسك عن طريق تهيج جلد الظفر المنغرز. انقع القدم في الماء مالح دافئ لبضع دقائق ، ثم جفف الجلد جيدا وبين أصابع القدم. ضع كريم مضاد حيوي على الموقع المصاب وارتد أحذية فضفاضة لا تضغط على أصابع قدميك. لا تنفع القدم في محلول مضاد للبكتيريا مثل اليود ، والذي يمكن أن يكون له نتائج قليلة في وجود قدم مصابة. يمكن

لليود الكيميائي بتركيزات عالية في الماء ، عندما تنقع قدمك ، أن يتلف الخلايا الطبيعية الموجودة ويمكن أن يؤدي إلى تفاقم عملية العدوى والنخر في القدم المصابة بداء السكري .

.عدوى فطرية في أظافر أصابع القدم

التهابات الأظافر الفطرية شائعة جدا لدى مرضى السكر. أحد الأسباب الأكثر شيوعا لهذه العدوى يرجع إلى عدم وجود بيئة مغلفة مثل الأحذية ، واستخدام الجوارب الاصطناعية وبيئة رطبة داخل الأحذية ، كل هذه الأسباب تعزز نمو الفطريات .تؤدي العدوى الفطرية للأظافر إلى تحول الظفر إلى اللون الأصفر والسميك ، والمسحوق(الشكل. 5-8)



الشكل 5-10



الشكل 5-9



الشكل 5-8

الفطريات في الظفر على هذا النحو ، ليس لديها أي ضرر فوري ، (تماما مثل الأظافر نام). ومع ذلك ، إذا أصيب بالعدوى الثانوية بالبكتيريا ، فقد تكون هذه مشكلة خطيرة. يسبب الفطر اضطرابات شديدة في مظهر الظفر ككل ، وتحديدًا عندما يتأثر جذر الظفر (الشكل. 5-9).

الشكل 5-9 الشكل 5-10

الظفر مشوه وسميك مع تراكم الحطام تحت صفيحة الظفر. يمكن أن تبدأ العدوى الفطرية بأظافر قدم واحدة ثم تتطور بعد ذلك حتى تصيب بقية الأظافر ، ومن هناك يمكن أن تصيب بقية الجلد المعروف باسم "قدم الرياضي". (الشكل 5-10) تسبب قدم الرياضي الجفاف مع تقشير الجلد ، وحوصلات صغيرة متعددة بداخلها سائل صاف ، وحكة ، على الرغم من أن الأخير لا يظهر دائما مبكرا. العدوى الفطرية لها رائحة عفنة نموذجية يمكن أن تكون مشكلة ويمكن أن يكون علاج الرائحة صعبا دون علاج الفطريات أولا. عادة ما تكون رائحة القدم ثانوية لهذه الالتهابات التي تسببها الفطريات التي تصبح مزمنة بسبب نقص العلاج. الأظافر السميكة والمشوهة في حذاء ضيق تضغط على جلد أصابع القدم ، وهذا يسبب تهيجا مع احتمال كبير للتقرح وبالتالي يصاب بالعدوى في مريض السكري الذي يعاني من الاعتلال العصبي مع غياب جزئي ، أو كلي للألم. يمكن أن تحدث هذه القرحة أيضا أسفل الظفر ، مما يجعل اكتشافها أكثر صعوبة قبل اكتشافها. في الواقع ، يمكن أن تصاب بالبكتيريا. عندما يكون هناك صديد تحت الظفر ، فهذا يعني عادة عدوى خطيرة تصيب عظم إصبع القدم في هذا المستوى من العدوى ، لا تعمل المضادات الحيوية عن طريق الفم دائما ، وتحديدًا في مرضى السكري الذين يعانون أيضا من ضعف الدورة الدموية في قدميه. تسبب العدوى في القدم السكرية دائما تجلط الأوعية الصغيرة (جلطات الأوعية الصغيرة) ، ويمكن أن تتطور إلى الغرغرينا بسرعة. يصبح بتر إصبع القدم أو القدم أو الساق هو العلاج العلاجي الوحيد .ظهور مسمار مشوه ، مع لهجة صفراء أو بيضاء ، ربما يشير إلى بداية عدوى فطرية (الشكل 5-11)



الشكل 11-5

في هذا المستوى ، عندما يتأثر جزء صغير فقط من الظفر ، هناك علاجات متاحة تعمل بشكل جيد في وقت مبكر من الإصابة.

يمكن أن تكون إزالة الجزء المصفر من الظفر وتطبيق الدواء المضاد للفطريات موضعيا فعالة في القضاء على الفطريات عندما تصبح العدوى الفطرية متقدمة ومزمنة ، يصبح المرض مزمنًا ومقاومًا للعلاج. حتى أقوى الأدوية الموضعية يمكن أن تكون غير فعالة. في ممارستي ، غالبا ما أصف الأدوية المضادة للفطريات عن طريق الفم. تنمو أظافر القدم ببطء شديد. قد يستغرق نمو الظفر بالكامل أكثر من تسعة أشهر ، لذلك يجب أن يستمر العلاج المضاد للفطريات عن طريق الفم لأكثر من تسعة أشهر لتحقيق استجابة مواتية إلى حد ما. لذلك ، بدلا من استخدام الأدوية المضادة للفطريات عن طريق الفم أو استخدام الأدوية الموضعية ، والتي تكون غير فعالة في معظم الحالات ، أوصي بالإزالة الكاملة للظفر المشوه مع جذره إذا كان لدى مريض السكري إمدادات دم كافية للقدم للشفاء بعد الجراحة. من الأفضل إزالة واحدة سمكية والتي ستكون مشكلة محتملة في المستقبل. يوصى بإجراء تقييم دقيق ودقيق لمرضى السكري من قبل أخصائي أقدام.

الدم تحت الظفر

الدم تحت أظافر (الشكل 12-5) هو أيضا مصدر قلق خطير بين مرضى السكر. يمكن أن يحدث تراكم الدم تحت الظفر عندما يضغط الحذاء على أصابع القدم أثناء المشي أو الجري أو لعب التنس أو غيرها من الأنشطة المماثلة. خاصة الشخص المصاب بالسكري الذي يعاني من تغير في الإحساس (الاعتلال العصبي) يمكنه مواصلة النشاط مع القليل من الانزعاج أو عدم الراحة في أصابع القدم.



الشكل 12-5

وجود الدم تحت الظفر بمثابة وسيلة مغذية للبكتيريا. تتطلب هذه الحالة عناية طبية فورية لأن هذا قد يكلفك إصبع قدمك أو قدمك أو حتى ساقك. يحب بعض الأطباء حفر ثقب في الظفر لإخلاء الدم ، لكنني أوصي بإزالة الظفر تماما وفضح قاعدة الظفر بالكامل لفحصها وإزالة أي نسيج نخر يمكن أن يكون مصدرا محتملا للعدوى. يجب أن تبدأ المضادات الحيوية المناسبة والعناية بالجروح المحلية على الفور. الاستشفاء ليس ضروريا إذا لم تكن هذه الحالة معقدة بسبب العدوى أو قصور الشرايين (انخفاض تدفق الدم) أو مرض السكري الذي لا يمكن السيطرة عليه. أشعة سينية للقدم مأخوذة في وقت التئام جرح الظفر. . تصبح الأشعة السينية اللاحقة للقدم ضرورية لمقارنة القدم أثناء شفاءها واستبعاد أي تغييرات في العظام قد تحدث ، مثل التهاب العظام. إذا كان لديك أشعة سينية أساسية للقدم ، حيث توجد تغييرات في العظام أثناء الشفاء ويمكن مقارنتها بالأشعة السينية المبكرة لتقييم الحاجة إلى التدخل الطبي لعدوى العظام ، فقد يؤدي ذلك إلى إنقاذ قدمك.

هناك حالة تشبه الدم تحتها تستحق الذكر هنا. سرطان الجلد الخبيث (سرطان الجلد) ، تحت الظفر قد تظهر على شكل أزرق داكن أو أرجواني مشوه ، مماثل في المظهر إلى ورم دموي. هذه حالة نادرة نسبيا ، ولكن يمكن رؤيتها بسهولة من قبل الطبيب. يمكن أن تظهر كعدوى تحت الظفر ويمكن أن تدمر قاعدة الظفر دون إظهار أي نمو. معدل الشفاء أعلى من سرطان الجلد الخبيث في الجلد إذا تم تشخيصه وعلاجه مبكرا.

يمكن تحقيق الوقاية من الدم تحت الظفر باستخدام الأحذية المناسبة. لا تشتري أحذية بحجم نصف أكبر مما ترتديه. أرى كثيرا بين مرضى السكري ، الذين يعتقدون أنهم بحاجة إلى مساحة أكبر لأصابع أقدامهم. هناك الأحذية المتاحة تجاريا مع عمق إضافي مصنوعة لمرضى السكري لهذا السبب بالذات. يوصى أيضا باستخدام النعال المناسبة لأولئك الذين يشاركون بانتظام في الأنشطة البدنية.

من المهم أن تفحص قدميك في كل مرة تزيل فيها حذائك ، وتبحث عن بثور أو أي مشاكل في الأظافر كما تمت مناقشته في هذا الفصل.

اختبر نفسك

(ر و) صحيحة أو خاطئة

1. إصابة أظافر نام ، طالما لا يوجد ألم ، يجب تركه بمفرده .
2. ت و الغرغرينا هو نتيجة لأظافر المصابة نام .
3. تي و لا يمكنك أن تفقد ساقك من " مثل هذا الشيء الصغير " مثل أظافر نام .
4. يجب أن تتقاع القدم في محلول اليود عندما يكون لديك ظفر إصبع مصاب نام .
5. لمنع نمو أظافر القدم تحت الجلد ، يجب عليك زيارة أخصائي القدم بانتظام .
6. العدوى الفطرية للأظافر خطيرة مثل أظافر نام .
7. عادة ما تشير أظافر القدم الصفراء السمكية إلى عدوى فطرية .
8. لمنع الدم تحت أظافر القدم ، يجب عليك شراء مقاس واحد أكبر من مقاس حذائك المعتاد .

1(ر) . 2(ر) . 3(ر) . 4(ر) . 5(و) . 6(ر) . 7(ر) . 8(ر)