

Ce qu'il faut dire à votre médecin : signes d'alerte essentiels du pied chez les personnes diabétiques

L'examen de routine des pieds des patients diabétiques doit faire partie de votre bilan de santé régulier. Si les pieds ont été ignorés lors de votre visite régulière chez le médecin, vous devez le rappeler à votre médecin lors de votre prochaine visite. Je recommande vivement à tous les diabétiques de se faire suivre par un spécialiste des pieds, un podologue. Le risque de complications du pied diabétique peut être considérablement réduit si vous êtes suivi par un spécialiste sur une base régulière. Les soins préventifs de base des pieds consistent en une détection précoce de tout changement survenant dans les pieds des diabétiques et en une intervention chirurgicale et médicale précoce pour pallier les conséquences coûteuses.

CE QUE VOUS DEVEZ COMMUNIQUER À VOTRE PODOLOGUE LORS DE VOS VISITES RÉGULIÈRES

1. L'apparition récente d'une nouvelle plaie aux pieds.
2. Tout changement récent de la couleur de vos pieds.
3. Tout changement dans la sensation de vos pieds, qu'il s'agisse de douleur ou d'engourdissement. Il peut s'agir d'une sensation de brûlure occasionnelle, de picotements et/ou d'une sensation de fourmillement.
4. Toute modification des déformations du pied, comme la formation ou l'aggravation d'orteils en marteau, d'oignons, de cors et de durillons, qu'ils soient douloureux ou non.
5. Douleurs ou crampes dans la cuisse, la fesse ou la jambe, d'apparition récente ou s'aggravant.
6. Tout gonflement, rougeur, chaleur dans les pieds qui s'accompagne de fièvre et de frissons. Dans ce cas, n'attendez pas votre prochaine visite chez le médecin, laissez votre podologue vous examiner immédiatement.

7. L'effondrement indolore de la voûte plantaire, qui s'accompagne notamment d'une inflammation, d'une chaleur et d'une rougeur de l'ensemble du pied. Il peut s'agir d'un signe précoce du pied diabétique de Charcot. Cette affection nécessite une attention médicale immédiate pour la différencier d'une infection. Vous devez vous reposer complètement au lit et prévenir votre spécialiste du pied.
8. Si les orteils deviennent soudainement bleus (cyanosés), ils nécessitent également une attention médicale immédiate, quel que soit le degré de douleur. Cela peut être le début d'une gangrène spontanée des orteils due à une embolie artérielle.
9. N'attendez pas votre prochaine visite chez le médecin si vous remarquez des rougeurs, des cloques et un liquide nauséabond sous les cors ou les durillons.
10. Des modifications de l'état de la peau, telles qu'une sécheresse accrue, l'apparition de nouvelles fissures autour du talon, doivent être mentionnées à votre médecin.
11. Tout signe récent de perte de poils aux orteils ou aux jambes.
12. Douleur à la jambe la nuit lorsque vous êtes allongé dans votre lit et qui est soulagée par la marche.

TESTEZ VOUS

(T F) Vrai ou faux

1. Si vous remarquez un liquide malodorant sous la callosité,
- A. vous devez appliquer une solution antiseptique autour de la callosité.
 - B. Prenez des antibiotiques que vous avez déjà reçus du médecin lorsque vous avez eu la grippe.
 - C. Vous pouvez l'ignorer tant qu'il n'y a pas de douleur.
 - D. Faites tremper le pied dans de l'eau chaude trois fois par jour.
 - E. appelez immédiatement votre médecin.

2. L'ensemble du pied est rouge vif et gonflé, mais vous ne ressentez aucune douleur ou gêne lorsque vous vous tenez debout et que vous marchez.
- A. Vous avez peut-être une infection.
 - B. Vous avez peut-être commencé le développement du pied de Charcot.
 - C. Retirez-vous immédiatement du pied et appelez votre médecin.
 - D. Tout ce qui précède
3. La crampe du muscle du mollet lorsque vous marchez devient sévère depuis quelques jours. Cela signifie :
- A. Vous souffrez d'arthrite
 - B. Vous pouvez avoir un blocage soudain des artères de vos jambes.
 - C. Vous avez peut-être une déchirure musculaire.
 - D. appelez votre médecin
 - E. tout ce qui précède
4. Où trouvez-vous vos pouls dans le pied ?
5. Citez tous les signes d'une mauvaise circulation sanguine au niveau du pied.
6. Quelle signature et quels symptômes indiquent que vous pourriez avoir une neuropathie diabétique ?
7. Pourquoi la neuropathie est-elle si dangereuse ?
8. Quelle est la cause la plus fréquente des ulcères de la plante du pied ?
9. Quelle est la mesure préventive simple que vous pouvez prendre pour éviter les ulcères de la plante du pied ?
10. Quelle est la cause la plus fréquente des ongles d'orteil épais et jaunâtres ?
11. Quelle pourrait être la conséquence d'une peau très sèche sur le pied ?
12. Comment les orthèses aident-elles à prévenir les ulcères du pied ?
-

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