

Quando consultare il medico: segnali di allarme del piede nel diabete

L'esame di routine del piede per i pazienti diabetici deve far parte dei controlli medici regolari. Se i piedi sono stati ignorati durante la visita medica regolare, è bene ricordarlo al medico in occasione della prossima visita. Raccomando vivamente a tutti i diabetici di affidarsi alle cure di uno specialista del piede, un podologo. La possibilità di avere complicazioni al piede diabetico può essere notevolmente ridotta se ci si sottopone regolarmente alle cure di uno specialista.

La cura preventiva di base del piede consiste nell'individuazione precoce di qualsiasi cambiamento che si verifica nei piedi diabetici e nell'intervento chirurgico e medico tempestivo per compensare le costose conseguenze.

COSA COMUNICARE AL PODOLOGO DURANTE LE VISITE PERIODICHE

1. Lo sviluppo recente di una nuova piaga ai piedi.
2. Qualsiasi recente cambiamento di colore dei piedi.
3. Qualsiasi cambiamento nella sensazione dei piedi, che si tratti di dolore o intorpidimento. Potrebbe trattarsi di una sensazione occasionale di bruciore, formicolio e/o sensazione di spilli e aghi.
4. Qualsiasi cambiamento nelle deformità del piede, come la formazione o il peggioramento di dita a martello, calli e duroni, che siano dolorosi o meno.
5. Dolore o crampi alla coscia, al gluteo o alla gamba che si sono sviluppati di recente o che stanno peggiorando.
6. Qualsiasi gonfiore, arrossamento, calore ai piedi accompagnato da febbre e brividi. In questo caso, non aspettate la prossima visita medica, ma fatevi visitare immediatamente dal vostro podologo.
7. Il cedimento indolore dell'arco plantare, soprattutto se accompagnato da infiammazione, calore e arrossamento dell'intero piede. Questo può essere il segno precoce del piede diabetico di Charcot. Questa condizione richiede un'attenzione

medica immediata per distinguerla da un'infezione. È necessario un riposo completo a letto e avvisare lo specialista del piede.

8. Se le dita dei piedi diventano improvvisamente blu (cianotiche), anche in questo caso è necessario un intervento medico immediato, indipendentemente dal grado di dolore. Questo può essere l'inizio di una cancrena spontanea delle dita dei piedi dovuta a un'embolia arteriosa. 9. Non aspettate la prossima visita medica se notate arrossamenti, vesciche e liquido maleodorante sotto i calli o le callosità.

10. Cambiamenti nelle condizioni della pelle, come un aumento della secchezza, lo sviluppo di nuove screpolature intorno al tallone, da segnalare al medico.

11. Segni recenti di perdita di peli sulle dita dei piedi o sulle gambe.

12. Dolore alle gambe di notte, quando si è a letto, che si allevia camminando.

METTERSI ALLA PROVA

(T F) Vero o falso

1. Se si nota un liquido maleodorante sotto il callo,
 - A. è necessario applicare una soluzione antisettica intorno al callo.
 - B. Prendete gli antibiotici che avete preso in precedenza dal medico quando avete avuto l'influenza.
 - C. Si può ignorare finché non c'è dolore.
 - D. Immergere il piede in acqua calda tre volte al giorno.
 - E. chiamare immediatamente il medico.

2. L'intero piede è rosso e gonfio, ma non si avverte alcun dolore o fastidio quando si sta in piedi o si cammina.

- A. Potrebbe trattarsi di un'infezione.
- B. È possibile che sia iniziato lo sviluppo del piede di Charcot.
- C. Scendere immediatamente dal piede e chiamare il medico.
- D. tutti i precedenti

3. Il crampo al muscolo del polpaccio mentre si cammina diventa grave da qualche giorno. Questo significa che:

- A. Avete l'artrite
- B. Potrebbe verificarsi un blocco improvviso delle arterie delle gambe.
- C. Potrebbe trattarsi di uno strappo muscolare.
- D. chiamare il medico
- E. tutto quanto sopra

4. Dove si trovano le pulsazioni nel piede?

5. Indicare tutti i segni di cattiva circolazione sanguigna a livello del piede.

6. Quali segni e sintomi indicano che si può avere una neuropatia diabetica?

7. Perché la neuropatia è così pericolosa?

8. Qual è la causa più comune delle ulcere alla base del piede?

9. Qual è la semplice misura preventiva che si può adottare per evitare le ulcere alla pianta del piede?

10. Qual è la causa più comune di unghie dei piedi spesse e giallastre?

11. Quale potrebbe essere la conseguenza di una pelle gravemente secca sul piede?

12. In che modo le ortesi aiutano a prevenire le ulcere del piede?

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