

Ferite e Ulcere del Piede nel Diabete

Perché le ferite del piede sono importanti nel diabete

Se soffri di diabete, le ferite ai piedi sono gravi e non devono mai essere ignorate. La maggior parte delle amputazioni nelle persone con diabete inizia da una piccola ferita al piede.

La pelle è la barriera naturale del corpo contro le infezioni. Quando la pelle si rompe, i germi possono entrare e causare problemi seri.

Che cos'è un'ulcera del piede?

Un'ulcera del piede è qualsiasi ferita aperta o interruzione della pelle. Può iniziare in modo molto piccolo, ad esempio:

- una vescica
- una fissurazione della pelle secca
- un taglio o una puntura (come calpestare un chiodo)

Anche le ferite più piccole possono diventare pericolose se non vengono trattate precocemente.

Perché si formano le ferite del piede?

Le ferite del piede si verificano solitamente a causa della pressione, soprattutto quando la sensibilità del piede è ridotta.

Esistono tre principali tipi di pressione:

1. Pressione costante

- Esempio: restare a letto troppo a lungo con pressione sul tallone (Fig. 1)
- Esempio: scarpe strette indossate per molte ore (Fig. 2)

2. Pressione improvvisa

- Esempio: calpestare un chiodo o un ago (Fig. 3)

3. Pressione ripetuta (la più comune)

- Causata dal camminare ripetutamente sullo stesso punto di pressione (Fig. 4)
- Spesso associata ad alluce valgo, dita a martello, piedi piatti o arco plantare alto (Fig. 5)
- Porta alla formazione di calli che possono rompersi (Fig. 6)



Fig 1



Fig 2



Fig 3



Fig 4



Fig 5



Fig 6

Perché queste ferite non fanno male?

Molte persone con diabete soffrono di neuropatia, cioè perdita di sensibilità ai piedi.

Di conseguenza:

- potresti non sentire dolore
- potresti non accorgerti della ferita
- potresti continuare a camminarci sopra, peggiorandola

Per questo motivo il controllo quotidiano dei piedi è così importante.

Come diventano ferite i calli?

I calli si formano nei punti di maggiore pressione.

Sotto il callo, la pelle può:

- formare vesciche (Fig. 7)
- sanguinare
- aprirsi

Quando la pelle si apre, l'infezione può iniziare rapidamente (Fig. 8).



Fig 7



Fig 8

Altri fattori che aumentano il rischio

Le ferite del piede sono più probabili se presenti:

- pelle secca e screpolata (soprattutto sui talloni) (Fig. 9)
- micosi del piede tra le dita (piede d'atleta) (Fig. 10)
- traumi al piede
- scarpe non adatte
- scarso controllo della glycemia
- cattiva circolazione sanguigna (Fig. 11)



Fig 9



Fig 10



Fig 11

Come vengono trattate le ferite del piede?

Il trattamento dipende dalla causa, ma generalmente include:

- riduzione della pressione sul piede
(scarpe speciali, stivali terapeutici, gessi, stampelle o scooter)
- mantenere la ferita pulita e coperta
- monitorare attentamente i segni di infezione

Alcune ferite richiedono medicazioni speciali o trattamenti avanzati scelti dal medico.

Quanto tempo serve per guarire?

Non esiste un tempo di guarigione preciso.

Un buon segno è:

- se la ferita si riduce della metà entro 4 settimane, di solito guarisce entro 6 mesi.

La guarigione dipende da:

- controllo della glycemia
- riduzione del carico sul piede
- corretta cura della ferita

Cosa può rallentare la guarigione?

1. Glicemia elevata

- rallenta la guarigione
- rende più difficile combattere le infezioni

2. Infezione

Segnali di allarme (Fig. 12):

- arrossamento
- gonfiore
- calore
- secrezioni
- febbre o brividi (grave)

3. Scarsa circolazione sanguigna (Fig. 13)

- il sangue trasporta ossigeno, nutrienti e antibiotici
- una cattiva circolazione può bloccare la guarigione



Fig 12



Fig 13

Chi cura le ferite del piede diabetico?

Le ferite del piede vengono trattate al meglio da un team multidisciplinare, che può includere:

- Podologi
- medici di base o endocrinologi
- specialisti vascolari
- specialisti delle infezioni
- infermieri specializzati nella cura delle ferite

Il podologo spesso coordina il trattamento del piede.

Come posso prevenire le ferite del piede?

La prevenzione è il passo più importante.

Ogni giorno:

- controlla la pianta dei piedi
- controlla tra le dita
- osserva eventuali arrossamenti, crepe, vesciche o gonfiori

Scarpe:

- controlla l'interno delle scarpe prima di indossarle
- evita scarpe strette o che sfregano
- indossa pantofole protettive in casa
- non camminare mai scalzo, nemmeno in casa

Agisci subito:

- se noti un problema, contatta immediatamente il medico
- il trattamento precoce fa risparmiare tempo, denaro e... piedi

Messaggio chiave

Nel diabete, piccoli problemi ai piedi possono diventare grandi problemi.

Il controllo quotidiano e la cura precoce possono prevenire infezioni, ricoveri ospedalieri e amputazioni.