



**Fußnetz
Deutschland**

Patienteninfo Fußwunde bei Diabetes

Eine schlecht heilende Wunde bei Diabetes entsteht über Knochenvorsprüngen durch Druck oder an anderen Stellen durch Verletzungen, Verbrennung oder Erfrierung. Allen gemeinsam ist der weniger stark empfundene Schmerz durch eine Nervenstörung bei Diabetes. Dadurch werden Maßnahmen verzögert und halbherzig ergriffen. Die Heilungskräfte werden weiterhin geschwächt durch Durchblutungsprobleme, schlecht eingestellten Diabetes und andere Krankheiten oder Medikamente.

Was kann der Betroffene tun?

Der weniger stark empfundene Schmerz führt zu Fehleinschätzungen. Sie können sich auf Warnmeldungen Ihres Fußes nicht mehr verlassen. Schalten Sie Ihren Verstand ein:

- Betrachten Sie bei jedem Verbandwechsel und jeden Abend Ihre Füße, auch den gesunden Fuß. Die Broschüre „Prüfen, Pflegen, Schützen“ hilft Ihnen dabei, nichts zu vergessen.
- Bei neuen Krankheitszeichen wie Rötung, Schwellung, Schmerz, Fieber nehmen Sie sofort Kontakt mit der Praxis auf. Am Wochenende mit dem Diensttuenden Arzt des Krankenhauses.

.....

Stellen Sie die Ursachen ab. Das sind:

- Druck auf Knochenvorsprünge. Wir haben mit Ihnen besprochen, mit welchem Schutz Sie auftreten können, ohne Ihrem Fuß zu sehr zu schaden. Machen Sie so wenige Schritte wie möglich und keinen einzigen Schritt ohne diesen Schutz, auch nicht nachts zum Gang auf die Toilette oder zum Wäscheschrank.
- Venenstauung: Wenn Kompressionsstrümpfe oder -Binden besprochen wurden, tragen Sie die bitte konsequent. Gehen und Liegen mit hochlagelagerten Füßen tut Ihnen dann gut, Sitzen und Stehen nicht. Besprechen Sie mit uns, was zu tun ist, wenn die Kompression Ihnen Schmerzen bereitet.
- Durchblutungsstörung: Rauchen Sie nicht, nehmen Sie blutverdünnende Mittel, Cholesterinsenker und Blutdruckmittel konsequent.
- Diabetes: Die Erkrankung des Fußes braucht Kraft und Ruhe. Jetzt ist keine gute Gelegenheit für Diäten zur Gewichtkontrolle oder für Sport. Auch ein schlecht eingestellter Diabetes kostet Kraft. Sorgen Sie in Zusammenarbeit mit der Praxis für eine gute Blutzuckereinstellung ohne die Kalorienmenge zu reduzieren oder sich vermehrt zu bewegen.
- Infektion: Verordnete Antibiotika bitte nicht ohne Rücksprache absetzen. Bei Packungsende fragen!

Was ist bei der Wundversorgung zu beachten?

Normalerweise heilen Wunden von alleine, auch bei Ihnen heilen jeden Tag zahllose Wunden ohne dass sie viel davon merken. Ihr Fuß ist jetzt aber sehr empfindlich geworden, daher bitte:

- Keimfreie Verbandwechsel, Haustiere fernhalten
- Keine Bäder; Waschwasser darf nicht in Ihre Wunde gelangen
- Kein Auskühlen der Wunde durch wundreinigende Flüssigkeiten oder „Luft dran lassen“, wenn dies nicht bei Ausnahmen extra besprochen wurde.

Haben Sie dazu noch Fragen? Ihre Wundassistentinnen und Ärzte beantworten sie gerne!