

Jak rozpoznać zespół stopy cukrzycowej, czyli pierwsze objawy

Część objawów zespołu stopy cukrzycowej rozpoznaje przede wszystkim lekarz, ale niektóre z nich może zauważyć chory na cukrzycę i od razu udać się na wizytę w poradni cukrzycowej. Zaniedbanie może doprowadzić do amputacji, a nawet do zakażenia ogólnoustrojowego, grożącego posocznica (sepsą).

Bardzo często w swojej pracy spotykam osoby chore na cukrzycę, które nie wiedziały nawet o tym, że mogą doświadczyć zespołu stopy cukrzycowej. Później jednak okazuje się, że pierwsze objawy pojawiły się nawet kilka miesięcy wcześniej, a powikłaniom cukrzycy można było zapobiec. To bardzo ważne, żeby każda osoba chora na cukrzycę lub jej bliski wiedzieli, na co zwrócić uwagę i kiedy zgłosić się do poradni czy lekarza prowadzącego – mówi spec. piel. diabet. Mirosława Młynarczuk z Katedry i Kliniki Gastroenterologii i Chorób Przemiany Materii Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Osoba chora na cukrzycę powinna zareagować, gdy:

- Odczuwa ból w obrębie stóp,
- Odczuwa nadwrażliwość dotykową np. ból lub przykre doznania wywołane kontaktem z pościelą,
- Czuje osłabienie kończyn, nie odczuwa zmian temperatury
- Występują skurcze mięśni, uczucie ściskania, czuje mrowienie, pieczenie, drętwienie i kłucie w stopie
- Paznokcie są pogrubione, zdeformowane
- Pojawia się grzybica na paznokciach lub przestrzeniach międzypalcowych
- Pojawiają się nagniotki, modzele, odciski
- Zauważa, że skóra stóp jest cienka, sucha, łuszczy się
- Zauważa utratę włosów na grzbiecie stopy i palców
- Stopa, stopy, są zaczerwienione lub sine (niedokrwione)
- Pojawiają się pęknięcia, otarcia, zranienia stóp, wyptyw płynnej treści (wysięk)
- Rany nie goją się lub goją bardzo długo

W przypadku wystąpienia powyższych objawów osoba chora powinna natychmiast zgłosić się do lekarza (jeżeli to możliwe, w towarzystwie kogoś bliskiego, członka rodziny, opiekuna). Bardzo ważne jest, żeby na tę wizytę zabrać ze sobą luźne obuwie, które będzie odpowiednie do stopy w opatrunku.