

## Diabetische voet/

### Wond Expertise Centrum

#### **Inleiding**

U bent verwezen naar het diabetisch voetenspreekuur omdat u een wond aan de voet heeft en bekend bent met diabetes mellitus. In deze folder leest u wat een diabetische voet is, wat u van het spreekuur kunt verwachten en wat u meeneemt naar het spreekuur. Verder zijn in deze folder adviezen opgenomen over schoenen en een goede voetverzorging.

#### **Diabetische voet**

Diabetes mellitus kan in de loop van de tijd gepaard gaan met bijkomstigheden zoals een beschadiging van bloedvaten en zenuwbanen. Door de beschadiging van bloedvaten kan onder meer de bloedvoorziening in de voeten verstoord raken, waardoor wondjes minder snel genezen en infecties gemakkelijk ontstaan. Daarnaast kan door de beschadiging van de zenuwbanen een gevoelsstoornis optreden. Hierdoor kunnen beschadigingen van de huid en wondjes aan de voet, door druk of veranderingen, (te) laat worden opgemerkt.

Naast de beschadiging van bloedvaten en zenuwbanen kan het bindweefsel verstijven. Bindweefsel zorgt er onder meer voor dat de cellen van de huid, gewrichten en spieren bij elkaar gehouden worden en dat botten vitaal en in vorm blijven. Als bindweefsel verstijft, kan de voet niet soepel bewegen en ontstaat een abnormale stand van de voet. Dit leidt in de praktijk vrijwel altijd tot eeltvorming en wondjes aan de

voeten. Ook al zien deze wondjes er aanvankelijk onschuldig uit, ze kunnen – mede door de gevoelsstoornis – leiden tot een (ernstige) infectie aan de voet. Het is belangrijk een dergelijke infectie op tijd te laten behandelen. Als dit niet gebeurt, kan de infectie op lange(re) termijn leiden tot een noodzakelijke amputatie van (een deel van) de voet of het been.

#### **Voetcontrole**

Om deze ernstige infecties te voorkomen, is het van belang dat u uw voeten regelmatig laat controleren door bijvoorbeeld uw diabetesverpleegkundige of een praktijkondersteuner bij de huisarts of door een pedicure met een diabetesaantekening. Deze vakmensen kunnen zien of speciale zolen of (confectie)schoenen voor u voldoende zijn. Of, wanneer u een wond aan uw voet bij diabetes heeft, dat het nodig is u door te verwijzen naar het diabetische voetenspreekuur.

#### **Diabetisch voetenspreekuur**

Voor het diabetisch voetenspreekuur heeft u een verwijzing nodig van de huisarts of een specialist in het ziekenhuis. Als u een verwijzing heeft, kunt u telefonisch een afspraak maken via de Polikliniek Chirurgie, telefoonnummer 020 - 755 7014.

Uw eerste bezoek is op het Wond Expertise Centrum (WEC). Het betreft een intakegesprek en lichamelijk onderzoek naar de voeten en benen door de Verpleegkundig Specialist (VS) of

Physician Assistent (PA) Chirurgie.  
Indien nodig worden er aanvullende onderzoeken ingezet. Met behulp van dit gesprek krijgt het voetenteam inzicht in uw situatie en een mogelijke diagnose. Na dit gesprek wordt u verder vervolgd op het diabetische voetenspreekuur.

Het diabetisch voetenspreekuur is elke dinsdagmiddag op het behandelcentrum (afdeling C36) van Ziekenhuis Amstelland, op de gipskamer of op het WEC.

#### *Wat neemt u mee?*

Om de afspraak goed te laten verlopen, is het noodzakelijk dat u de volgende dingen meeneemt naar het spreekuur:

- De schoenen waar u het meest op loopt. Vaak zijn dit meerdere paren schoenen.
- Uw actuele medicatielijst (deze kunt u opvragen bij uw apotheek), of al uw medicijnen in de originele verpakking.
- Wondmateriaal waarmee de wond op dit moment wordt behandeld.
- Wondoverdracht van de thuiszorg of huisarts.
- Uw inschrijfkaart van Ziekenhuis Amstelland. Als u deze nog niet heeft verzoeken wij u deze te laten maken voorafgaand aan de afspraak bij de inschrijfbalie.
- Uw afsprakenkaart.

Het voetenteam kijkt naar verschillende aspecten van de voet bij diabetes. Als bij u een of meer afwijkingen worden geconstateerd, is er sprake van een risicovoet. Een risicovoet betekent dat uw voet meer kans heeft op het krijgen van wondjes en dat bestaande wondjes minder goed genezen. Daarop wordt een behandelplan ingezet.

#### **Voetenteam**

Op het diabetisch voetenspreekuur werken meerdere specialismen met

elkaar samen, zodat u zo snel mogelijk de juiste diagnose en behandeling krijgt. Het diabetisch voetenteam bestaat uit de volgende professionals:

#### *De vaatchirurg*

De vaatchirurg is hoofdbehandelaar en geeft een indicatie voor een behandeling om indien nodig de doorbloeding te verbeteren, bijvoorbeeld door een dotter of bypass operatie of indien noodzakelijk een amputatie.

#### *VS/PA*

Zij heeft met u het intakegesprek gedaan, eventueel aanvullend onderzoek en/of behandeling ingezet zoals een vaatonderzoek, röntgenonderzoek of een behandeling met antibiotica. Zij maken tevens deel uit van het voetenteam in het belang van wondzorg en heeft een rol in de regie van uw (wond)-behandeling. Tevens doen zij verpleegkundige/ chirurgische handelingen, als die nodig zijn.

#### *De revalidatiearts*

De revalidatiearts doet het uitgebreide voetonderzoek en stelt een eventuele vorm- en/of standsafwijking van uw voet(en) vast. Als dit noodzakelijk is, overlegt de revalidatiearts met de orthopedisch schoenmaker of en welke schoenaanpassing of schoenvoorziening nodig is.

#### *De gipsverbandmeester*

De gipsverbandmeester is betrokken bij de behandeling van voetproblemen. Soms is het nodig de voetproblemen met gips te behandelen. De gipsverbandmeester legt dan het gips aan en geeft u hier informatie over.

#### *De wondverpleegkundige*

De wondverpleegkundige is betrokken bij de behandeling van de wond en doet verpleegkundige chirurgische handelingen, als die nodig zijn. Ook geeft hij of zij advies over de

wondbehandeling en de wondverzorging thuis.

#### *De diabetesverpleegkundige*

De diabetesverpleegkundige is betrokken bij de behandeling van de wond. Ook geeft hij of zij advies over de wondbehandeling en de wondverzorging thuis. Daarnaast heeft de diabetesverpleegkundige een ondersteunende functie bij het behandelplan.

#### *De orthopedisch schoenmaker*

De orthopedisch schoenmaker levert maatsteunzolen, doet aanpassingen aan confectieschoenen of verstrekt maatschoenen (orthopedische schoenen).

### **Voorkom voetproblemen en infecties**

Om voetproblemen te voorkomen, is extra aandacht nodig voor uw voeten en schoenen.

#### *Voetverzorging*

- Inspecteer dagelijks uw voeten, ook de onderkant (eventueel met behulp van een handspiegel). Let hierbij op wondjes, kloofjes, blaren (ook tussen de tenen) en rode vlekken die niet na een kwartier verdwijnen. Als u dit aantreft, neemt u direct contact op met uw specialist.
- Controleer altijd uw voeten na het dragen van schoenen, op de hierboven genoemde punten.
- Was uw voeten dagelijks met lauw water.
- Zorg dat u uw voeten goed droogt, vooral tussen de tenen.
- Smeer uw voeten in met voetzalf zodat de huid niet uitdroogt maar smeer niet tussen de tenen.
- Gebruik GEEN voetenbad. Dit geeft kans op verbranding en verweking.
- Loop nooit blootvoets, ook niet in huis.
- Draag wollen of katoenen sokken zonder naden en van goede kwaliteit.

- Verschoon uw sokken dagelijks.
- U kunt het beste geen synthetische pantykousjes dragen.
- Laat uw nagels regelmatig knippen en uw voeten verzorgen door een pedicure met een diabetische voetaantekening.

#### *Schoenadvies*

- Inspecteer dagelijks de binnenkant van uw schoenen en zolen. Let hierbij op steentjes, harde naden, uitsteeksels of een opgerolde zool. Bij afwijkingen in de schoenen neemt u zo spoedig mogelijk contact op met uw orthopedisch schoenmaker.
- Zorg dat u minstens 2 paar goede schoenen heeft. Let op de maat! De schoenmaat kan veranderen in de loop van de jaren. Zorg ervoor dat uw voeten binnen de zoolranden vallen.
- Gebruik een lange schoenlepel bij het aantrekken van uw schoenen als u er slecht bij kunt komen.
- Draag goed aansluitende schoenen met veters of klittenband en bij voorkeur van leer.
- Draag het liefst platte schoenen. Mocht u per se een hak willen, zorg er dan voor dat die niet hoger is dan 3 centimeter.
- Koop uw schoenen aan het eind van de middag, omdat uw voeten dan iets dikker zijn.
- Laat bij twijfel uw schoenen altijd controleren door de orthopedisch schoenmaker of revalidatiearts.

### **Wanneer contact opnemen?**

Bij acute problemen (bijvoorbeeld bij verslechtering van de wond en/ of roodheid, warmte en zwelling van de voet) kunt u tijdens kantooruren, afhankelijk van uw klachten, contact opnemen met de Polikliniek Chirurgie

(020 - 755 7014). Als u 's avonds, in het weekend of op feestdagen acute voetproblemen krijgt, kunt u bellen met de Spoedeisende Hulp (020 -755 6560).

Als uw aangepaste schoenen niet goed passen of niet lekker zitten, neem dan zo snel mogelijk contact op met de Polikliniek Revalidatie (020 - 755 7144).

**Opmerkingen over deze folder**

Ontbreekt er informatie in deze folder of is iets onduidelijk beschreven, dan horen wij dat graag. U kunt uw opmerkingen doorgeven via [voorlichting@zha.nl](mailto:voorlichting@zha.nl)