



## Diabetes Mellitus

### Belangrijke aandachtspunten voor de cliënt met DM

- Bij het ontstaan van wondjes die niet binnen een week genezen zijn, contact opnemen met de behandelend arts.
- Bekijk dagelijks de voeten. Let op roodheid, blaren, wondjes, eeltvorming en kloven
- Als dit niet goed lukt vraag zo nodig een huisgenoot dit te doen of overleg met de behandeld arts of verpleegkundigen.
- Was de voeten dagelijks, vermijd te warm of te koud water.
- Droog de voeten voorzichtig deppend af.
- Smeer voeten in met olie op hydrofiele basis of voeten crème geschikt voor diabetes, niet tussen de tenen.
- Gebruik in bed nooit een kruik.
- Knip nagels recht af om ingroeiende teennagels te voorkomen.
- Laat eelt en likdoorns door een podotherapeut of medisch pedicure ( of pedicure met diabetes aantekening ) verwijderen, gebruik geen likdoorn pleisters.
- Loop zoveel mogelijk op schoenen, zowel buiten als binnenshuis.
- Gebruik geen gaas, watjes, of likdoorn ringen ter bescherming van de voet.

Een gevoelloze voet voelt het niet, maar deze zaken nemen ruimte in in de schoen en kunnen nieuwe drukplekken en wondjes geven

- Inspecteer de schoenen dagelijks voor het dragen op steentjes, richels, stiknaden of andere zaken en klop ze dagelijks uit voor gebruik.
- Koop nieuwe schoenen aan het eind van de dag omdat de voeten dan het meest zijn opgezet en loop ze geleidelijk in.
- Draag sokken van wol of katoen zonder naden.