



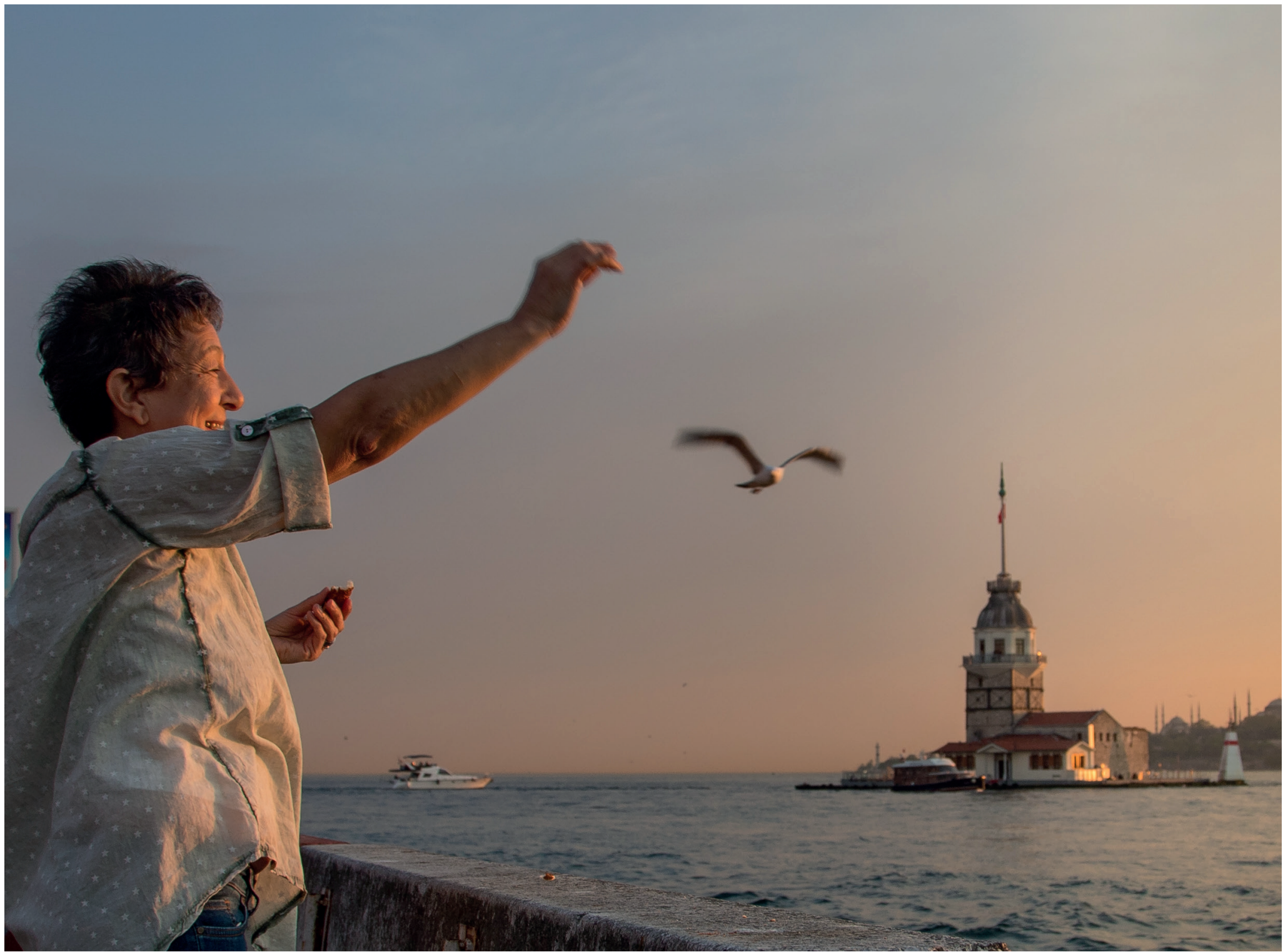
ottobock.

Diyabetik Ayak Tedavi Yaklaşımları

Sağlıklı & Aktif Yaşam

Quality for life



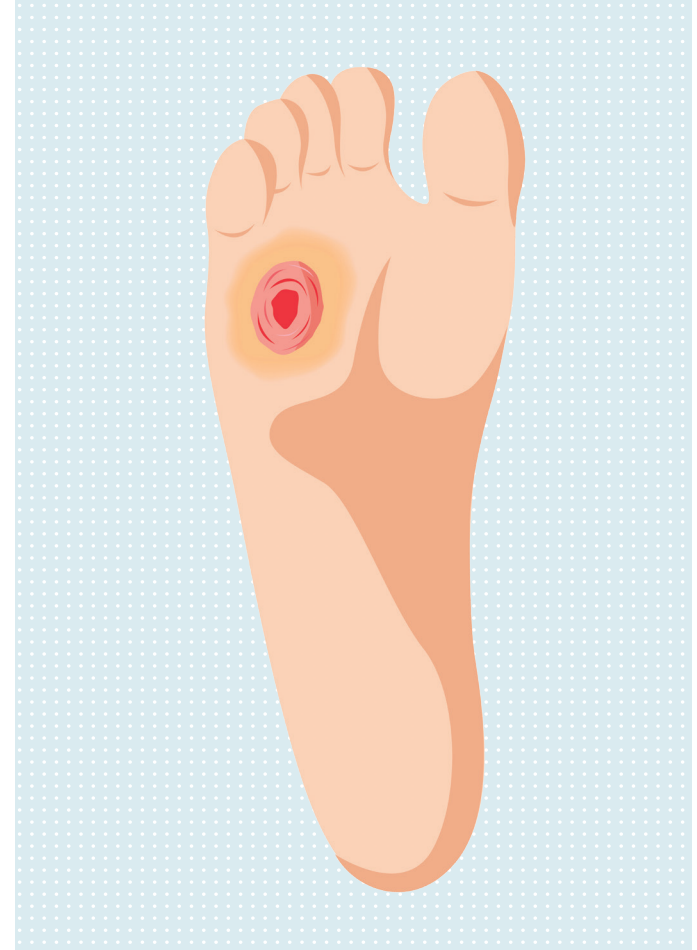


Diyabetik Ayak Sendromu

Diyabetik ayak sendromu diyabet hastalarında en sık görülen rahatsızlıktır.

Hasar gören sinirler nedeniyle (polinöropati) genellikle ayak ter bezlerinde tahribat vardır. Sonuç: ayak derisi kurudur, kolayca yırtılır, deride çatlaklar ve nasırlaşmalar ortaya çıkar. Kemikler üzerinde baskı ve deformasyon (ayak şekil bozuklukları) polinöropatinin sık görülen sonuçlarındadır. Bunlar, ayağa yanlış biçimde yük verilmesinden kaynaklanır ve his kaybından dolayı kişi tarafından genellikle çok geç fark edilir.

Çoğu diyabet hastası kan dolaşım bozukluğundan muzdariptir. Ayak yüzeyinde oluşan yaranın iyileşme süresinin uzaması, kan dolaşım bozukluğunun habercisidir. Gerekli tedavi önlemleri alınmazsa, en küçük yaralanmalar bile kolayca enfekte olabilir. Derin ülserler oluşur ve bazı durumlarda amputasyona kadar gidebilir.



Diyabet Sonrası Rahatsızlıklar

Tip 2 diyabetin başarılı tedavisini, hastalığın seyri ve düzenli kontrollerin yapılması önemli ölçüde etkilemektedir.

Kan şekerinizi dengeli bir seviyede tutarsanız, ayak bakımınızı yaparsanız ve sağlıklı bir yaşam tarzına sahip olursanız, vücudunuza dolaylı yoldan gelen hasarı önleyebilirsiniz.



Sağlıklı Beslenme

Obezite, Diyabet Tip 2'nin başlıca nedenleri arasında görülür. Dengeli bir diyabet diyeti ile kilo azaltılabilir.

Kan şekeri kontrolü

Dengede tutulan kan şekeri seviyesi, diyabetin ilerlemesi ile oluşabilecek diğer rahatsızlıkları en aza indirmeye yardımcı olur. Günlük kontroller ve düzenli doktor muayeneleri, diyabetik ayağı önlemek ve sağlığınız için önemlidir.





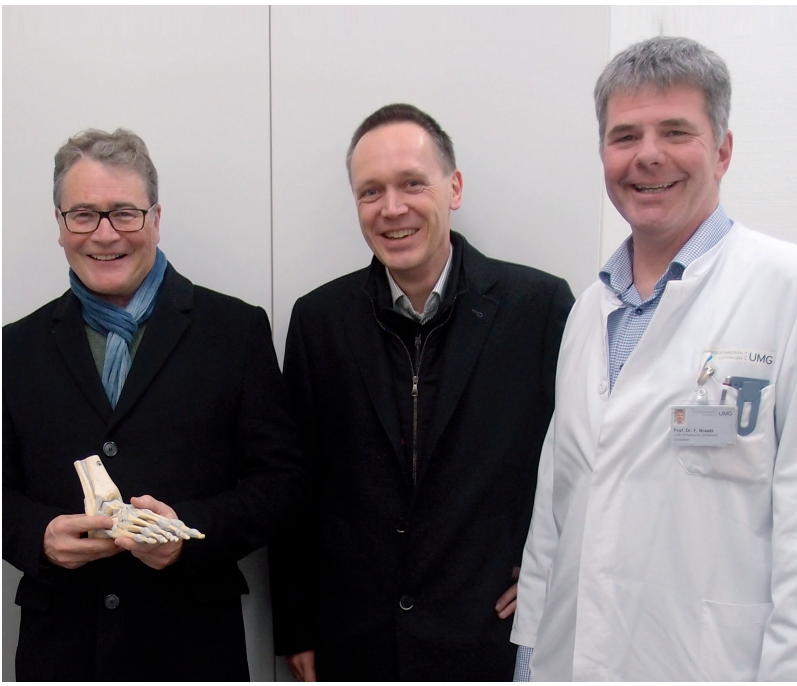
Ayak Bakımı

Diyabet hastaları ayaklarında oluşabilecek sorunları önlemek için günlük olarak ayak bakımlarını yapmalı ve ayaklarını kontrol etmelidir. Ayak üzerinde görülen değişimlerin olabildiğince erken tespit edilmesi gerekmektedir.

Düzenli Egzersiz

Düzenli egzersiz kaslarınızı kuvvetlendirir ve kan dolaşımınızı düzenler. Kısa bir yürüyüş veya birkaç günlük egzersiz bile sağlığını olumlu yönde etkilemektedir.





Almanya'nın kuzey bölgesindeki ayak networkünün kurucuları

Dr. H. Stinus, Dr. T. Werner, Prof. Dr. F. Braatz

Fußnetzwerk
Niedersachsen

Bu networkün içerisindeki diyabet klinikleri, podologlar, ortopedi ve ayak cerrahlarının ortak hedefi, diyabetik ayak sendromlu hastaların bu süreci tüm ihtiyaçları karşılanacak şekilde geçirmeleridir.

Erken teşhis her şeyden önemlidir

Diyabetik ayak sendromu, diyabetin en ciddi sonuçlarından biridir. Önemsiz görülen yaralanmalar sıklıkla ciddi ayak komplikasyonlarına neden olabilir. Bu nedenle, diyabet hastaları küçük yaralanmalarda bile tıbbi yardım almalıdır. Duyu kaybı olan bu kişiler, oluşan ayak hasarını geç fark ederler. Hedefe yönelik tedavi bu nedenle gecikmeye başlar, ülser iyileşmez veya kötüleşir. En kötü durum, bu etkilenen uzvun amputasyonudur.

Bunu önlemek için her diyabet hastası için önlem almak bir zorunluluktur. Bu, günlük kontrol ve ayaklarının bakımıyla başlar. Gerekirse bu iş için aile bireylerinden yardım alın. Çoğu zaman profesyonel podologlar size yardımcı olabilir.

Diyabet için özel ayakkabılar ve pamuklu çoraplar kullanmak, yaralanmaları önlemeye yardımcı olur. Ancak yalın ayak yürüyüş ve sıcak ayak banyolarından kaçınılmalıdır. Ayrıca uzun süredir diyabet hastası iseniz, bir uzmana düzenli ziyaretler yapmanızı öneririz. Uzman, diyabetik ayak sendromu riskini değerlendirebilir ve size uygun tedavi konusunda bireysel olarak tavsiyede bulunabilir.

Optimal durumda tıbbi ayak bakımı, yara bakımı, ayak rahatlatma ve cerrahi müdahaleler için mümkün olan en iyi tedavi; disiplinlerarası doktorlar, podologlar ve ortopedi teknikerleri ile işbirliği içinde başlatılır. Amaç diyabetik ayakta ülser oluşumunu erken dönemde engellemek veya tekrarlamasını önlemektir.

Diyabetik Ayak Konsepti Tedavi Döngüsü

- Düzenli podolojik takip
- Ayna ile ayak tabanının günlük kontrolü
- Ilık su ile günlük ayak temizliği
- Cildin düzenli olarak nemlendirilmesi
- Deri hassasiyet noktalarının kontrolü
- Yalın ayak yürümek
- Pamuklu çorap giymek
- Doğru ayakkabı ve ortez uygulamaları



Hizmetlerimiz

Diyabet, adım atma ve yürüme şeklini istemsiz olarak değişime uğrattığı için tabanlar normalden daha fazla baskıya ve sürtünmeye maruz kalır ve nasırlaşmalar görülür. Devam eden baskı sonucunda deri altındaki enflamasyon kemik dokusuna kadar ilerleyebilir ve ülserik yaralar oluşabilir. Bu problemlerden sizi korumak için:

Podoloji bölümümüzde

- Diyabetli ayak bakımı
- Tırnak ve tırnak yatağındaki deformasyonların tedavisi
- Nasır/çatlak deri bakımı

Ortopedik Destekler Servisimizde

- Taban ve parmak deformasyonları tedavisi
- Ortopedik ayakkabı, uygun tabanlık ve ortez uygulamaları ile sizlere hizmet vermekteyiz.

Podolojik ayak bakımı

Podolojik muayenede diyabetli hastalara yapılan duyu testleri ile ayaktaki his kaybı (nöropati) değerlendirilir, ayaktan nabız ölçülerek kan dolaşımına bakılır, mobilizasyon testi ile eklem hareketliliği kontrol edilir. Cildin kuruluğu, tırnakların, parmak aralarının ve ayak tabanının durumu mantar, nasır ve enfeksiyon oluşumları açısından değerlendirilir.

Bu değerlendirmeler ışığında hastalara doğru medikal ayak bakımı tedavi programı podologlar tarafından uygulanmaktadır.





Yara iyileştirme tedavisi

Plasma Derm® atmosferdeki ozon gazının, oksijen ve yararlı UV ışınlarının ayrıştırılarak yaraya direkt olarak uygulanmasıdır. Mikrosirkülasyonun Plasma Derm® ile uyarılması yaranın oksijen ile daha iyi bir şekilde beslenmesine, dolayısıyla yaranın çok daha hızlı iyileşmesine yardımcı olur. Ayrıca, uygulama yarada ve deride mikrop yinelenmesini önemli ölçüde azaltır.

Avantajı: Yara iyileşmesini kolaylaştırır. Kronik yaralar PlasmaDerm® sayesinde iyileştirilebilir.



Ürünler

Diyabetli hastalarda uzuvların en çok etkilenen kısmı ayaklardır. Koruyucu duyunun azalması ile birlikte diyabet hastalarının %15'i hayatları boyunca en az bir kez ayak ülserleri ile karşılaşmaktadırlar.

Erken evrede önlem alınması hasta açısından oldukça yararlıdır. Düzenli ayak bakımı, doğru ayakkabı tercihi ve mekanik yüklenmeyi azaltacak kişiye özel tabanlıklar oldukça önemlidir. Koruyucu önlemlerin alınmaması ayak ülserinin ilerlemesiyle ve amputasyona kadar giden tablolarla hastaları karşı karşıya bırakmaktadır. Bu anlamda diyabetik ayak sendromu ile karşılaşmış hastalarla ilgili uzmanların modern tedavi yöntemlerini kullanarak deformasyonların iyileştirilmesinde iş birliği içinde olmaları gerekmektedir. Etkilenen segmentte basıncın azalması ve stabilizasyon sağlayan ortezerin seçilmesi aktif ve sağlıklı bir yaşam için oldukça önemlidir.



Diyabetik Çorap

İç yüzeyi gümüş iplikten üretilmiştir. Gümüş iyonun doğal özelliği sayesinde kan dolaşımını hızlandırarak tedaviye yardımcı olur. Zararlı bakterilerin üremesini ve kötü kokuyu engeller.



Diyabetik Tabanlık

Dinamik ve statik ayak analizi sonrasında kişiye özel yapılmaktadır. Bu tabanlıklar mekanik yüklenmeyi azaltır veya ortadan kaldırır. Ayak yük dağılımına ve deformiteye uygun farklı materyal seçimi yapılarak uygulama gerçekleştirilmektedir.

Avantajları

- Kullanılan materyal cilt dostudur
- Diyabetik hastalarda kullanıma uygundur



Diyabetik Ayakkabı

Hazır yada kişiye özel tasarlanan ayakkabılar: 3 katmanlı sayası, içten ve dıştan ayağı saran dikişsiz derisi ve içerisinde bulunan hava boşlukları sayesinde, gün boyu rahat harekete olanak sağlamaktadır. Bu ayakkabıların ayak ile tam temas halinde olmasına dikkat edilerek, genişliği, boyu ve yüksekliğinin kişiye özel seçilmesi gerekmektedir.

Avantajları

- Dikişsiz deri kaplama
- Mekanik yüklenmeyi dengeleyen farklı taban alternatifleri





Diyabetik Walker

Walker, içerisinde kalan ayak yüzeyinin tamamını çevreleyen vakumlu sistemle çalışan bir pede sahiptir. Hava, ped içerisinden bir pompa yardımıyla çıkarıldığında, birkaç saniye içinde ped istenilen şekli alır. Valf açılıp havanın ped içinde akışına izin verilerek tekrar yumuşak hale gelebilmekte ve yeniden ayarlanabilmektedir. Dolayısıyla vakum teknolojisi, eşit basınç dağılımı ile her zaman mükemmel biçimde şekillendirilmiş ortez uyumu sayesinde aktif harekete olanak sağlar.

Avantajları

- Stabilizasyon için kilitlenebilir toka imkanı
- Dengeli yürüyüş için çıkarılabilir özellikte Rocker taban
- Yıkanebilir ped
- Parmak uzunluğuna göre ayarlanabilir baş parmak desteği

VACO^{® by OPED}
cast
DIABETIC

VACO^{® by OPED}
ped
DIABETIC

VACO^{® by OPED}
pedes
DIABETIC

VACO^{® by OPED}
paso
FREE

Sizler için Hizmetlerimiz

- Uzman ortopedi teknikerlerimiz ve fizyoterapistlerimiz ile sizlere kapsamlı bir ön danışma hizmeti sunuyoruz
- Sizin ihtiyaçlarınıza göre bireyselleştirilmiş tedavi uyguluyoruz
- Bireysel terapiniz bitene kadar size eşlik ediyoruz



Sizin için buradayız

Ortopedi teknikerleri ve fizyoterapistlerden oluşan deneyimli ekibimizi ziyaret ederek uygulama hakkında tüm konularla ilgili detaylı bilgi alabilirsiniz. Bizimle irtibata geçin;

Ottobock Hizmet Noktalarımız

Acıbadem Mah. Gayretli Sk. Gayret Apt. No:22 Da:1-2 34660 İstanbul – Türkiye
Tel: +90 216 544 70 88 · Fax: +90 216 428 19 40 · info@ottobock.com.tr

Maltepe Mah. Eski Çırpıcı Yolu Sokak Merter İş Merkezi A2/3-2
34010 Zeytinburnu / İstanbul
Tel: +90 212 356 50 40 · Fax: +90 212 356 66 88 · info@ottobock.com.tr

Gazi Mahallesi Silahtar Caddesi No:106 Yenimahalle 06560 Ankara – Türkiye
Tel: +90 312 205 00 20 · Fax: +90 312 211 10 61 · ankara@ottobock.com.tr

Mimar Sinan Mah. 1420 sok. No:104/2 Alsancak 35220 İzmir – Türkiye
Tel: +90 232 463 19 48 · Fax: +90 232 463 19 43 · izmir@ottobock.com.tr

İstanbul için Podoloji Hizmet Noktalarımız:

Kadıköy: +90 216 544 42 79
Yeşilköy: +90 212 468 42 65
Ataşehir: +90 216 655 44 29
Etiler: +90 212 283 03 33

**Anlaşmalı Kurumlarımız
Provizyon Sistemi ile**

Allianz 

**ACIBADEM
SİGORTA**

**ANADOLU
SİGORTA**

AKSigorta


MAPFRE
GENEL SİGORTA

ERGO