

دیابت یا مرض قند از بیماری های شایع و ناتوان کننده انسان است که میتواند مشکلات جدی را برای اندام ها ایجاد کند. یکی از این مشکلات زخم های مزمن و مقاوم به درمانی است که معمولا در کف پای این بیماران ایجاد میشود. این عارضه را پای دیابتی Diabetic foot هم میگویند.

مشکلاتی که برای پای افراد مبتلا به دیابت ایجاد میشود به علت دو اشکال عمده ای است که دیابت مسبب آن است. این دو مشکل اختلالات اعصاب محیطی و کم شدن جریان خون اندام است.

اختلال عروقی زمینه ساز بروز زخم در پای فرد مبتلا به دیابت است

بیماری دیابت در بلند مدت موجب کم شدن جریان خون در همه بدن میشود ولی این مشکل در پا بیشتر از جاهای دیگر خودش را نشان میدهد. همین امر موجب میشود که زخم هایی که بطور مرتب در اثر آسیب های محیطی در پای همه افراد ایجاد میشوند ولی بسرعت خوب میشوند در پای این افراد خوب نشود چون بهبود زخم به مواد غذایی و اکسیژن نیاز دارد که از راه خون به بافت ها میرسد.

میکروب ها هم زمینه را مساعد دیده و بر روی زخم ایجاد شده شروع به فعالیت کرده و عفونت ایجاد میکنند. به علت کاهش جریان خون پا گلبول های سفید هم کمتر به محل زخم رفته و دفاع

ایمنی بافت کم میشود. خود بیماری دیابت هم بطور کلی دفاع ایمنی بدن را کاهش میدهد. این امر موجب گسترش عفونت در زخم و تاخیر در بهبود آن میشود.

در دیابت کاهش حس به علل اختلال در عملکرد اعصاب محیطی وجود دارد

مشکل دیگر افراد دیابتی اختلال در کارکرد اعصاب محیطی است که موجب کم شدن حس لمس در پای آنها میشود. این کاهش حس موجب خشکی و ایجاد شکاف هایی در پوست شده که زمینه را برای ایجاد زخم فراهم میکند. از طرف دیگر بیمار به علت کاهش حس کمتر متوجه آسیب های محیطی میشود. مثلا پا بدون اینکه شخص متوجه شود در مجاورت شی داغ قرار گرفته و میسوزد و یا بر روی شی برنده رفته و زخم میشود.

وقتی هم که آسیبی به پوست میرسد به علت اختلال در حس درد بیمار تا مدتها متوجه آن نمیشود و این موجب پیشرفت عفونت در زخم میشود. یکی از محل های شایع زخم پای دیابتی در زیر شست است

اختلالات اعصاب در پای افراد دیابتی میتواند در بلند مدت موجب فلج شدن عضلات کف پا شده و این فلجی موجب تغییر شکلی های مختلفی در پا میشود. تغییر شکل یافتن پا به نوبه خود موجب

میشود در موقع راه رفتن به قسمت های خاصی از کف پا فشارهای بیشتری وارد شود و این فشارها زمینه را برای بروز زخم فشاری فراهم میکنند.

اختلالات بینایی هم که از عوارض دیابت است میتواند به ایجاد این عارضه کمک کند. دید کم موجب میشود بیمار نتواند بخوبی جلوی پای خود را ببیند و پا را در موقعیت های نامناسب قرار میدهد که این موضوع احتمال آسیب دیدن پا را بیشتر میکند.

تمام این موارد دست به دست هم میدهند تا موجب شوند کف پای بیمار زخم های شدید و مقاوم به درمانی پیدا کند. زخم پای دیابتی در حدود ۵-۷ درصد افراد مبتلا به دیابت ایجاد میشود. این زخم ها در نهایت موجب قطع عضو در ۵-۵۰ درصد افراد دیابتی میگردند.

عفونت کف پای این بیماران در ابتدا محدود به پوست است ولی بعد از مدتی به بافت های عمقی و استخوان های کف پا هم سرایت کرده موجب عفونت استخوان یا استئومیلیت میشوند. در عفونت پای این بیماران بیش از یک میکروب فعالیت دارند ولی شایعترین آنها استافیلوکوک طلایی است.

درمان زخم پا در فرد مبتلا به دیابت

پای دیابتی



بیمارستان شهید بهشتی بندرانزلی

۲- به پوست خود توجه داشته باشید.

۳- پاهای خود را نرم نگه دارید.

۴- جوراب مناسبی بپوشید.

۵- کفش مناسب بپوشید.

۶- هر روز کفش های خود را بررسی کنید.

۷- هر روز پاهای خود را بشویید.

۸- پینه پا را صاف کنید.

۹- ناخن های پا را کوتاه و صاف نگه دارید.

۱۰- بیماری دیابت خود را کنترل کنید.

جلوگیری از بروز زخم پای دیابتی به معنای کنترل بیماری دیابت است. برای کنترل بیماری خود باید: میزان قند خون، فشارخون و چربی خون خود را اندازه گیری و کنترل کنید، رژیم غذایی سالم و مناسبی داشته باشید داروهای خود را سر موقع و طبق دستور پزشک مصرف کنید، به طور منظم ورزش کنید، سیگار نکشید و بطور منظم نزد پزشک متخصص بروید تا شما را معاینه کند و وضعیت بیماری شما را بررسی نماید.

در تمام این بیماران باید برای مدتی از آنتی بیوتیک تزریق و سپس خوراکی استفاده کرد. از انواع اعمال جراحی برای کمک به بهبود این زخم ها استفاده میشود که مهمترین آنها عبارتند از

در صورتیکه زخم کوچک باشد پزشک معالج بافت های مرده زخم را با عمل جراحی خارج کرده و سپس در روزها و هفته های بعد زخم پانسمان میشود تا بتدریج بافت جدید در ناحیه تشکیل شده و زخم بسته شود. این درمان در مواردی که وضعیت عروق پا خوب بوده و مشکل پا بیشتر عصبی است بهتر جواب میدهد

در زخم های بزرگ و یا در کسانی که پزشک معالج با بررسی های بیشتر متوجه میشود وضعیت عروقی پای آنها ناکافی است معمولاً اقدام به قطع قسمتی از پا (آمپوتاسیون) که زخم در آن قرار دارد میشود.

در مواردی که نارسایی عروقی پا زیاد است بسته به تصمیم پزشک ممکن است از اعمال جراحی استفاده شود تا جریان خون پا بیشتر شود. آنژیوپلاستی، تعبیه استنت و یا بای پس برن شریان رانی و شریان پا ممکن است بتواند به افزایش جریان خون پای بیمار کمک کند.

چگونه از بروز زخم در دیابتی ها جلوگیری کنیم؟

۱- هر روز پاهای خود را بررسی کنید.