

DOCS 可编辑文档

糖尿病足的预防与护理

01

糖尿病足的概述及危害

糖尿病足的定义与发病原因

糖尿病足的定义

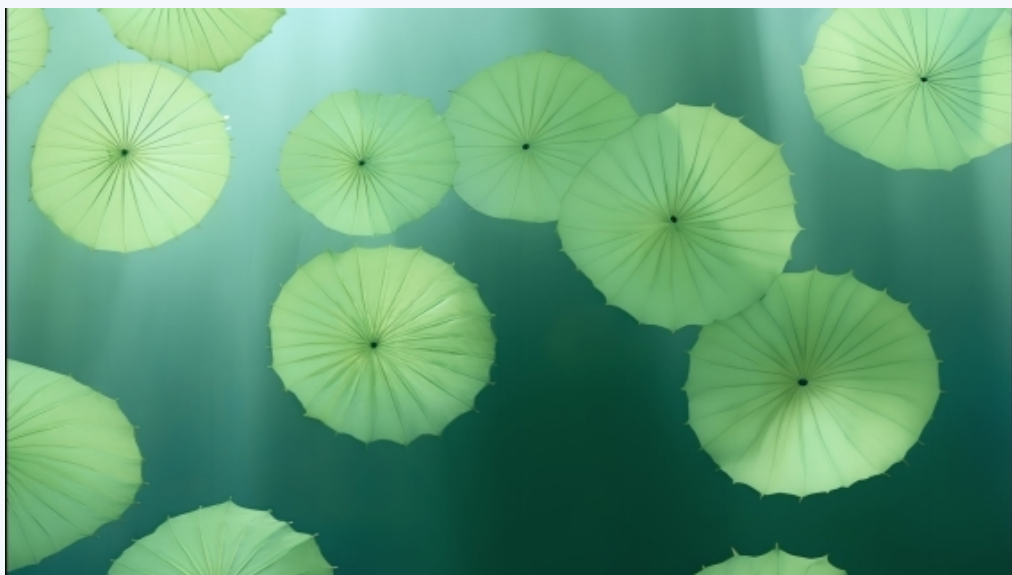
- 糖尿病患者的足部病变
- 与糖尿病神经病变和血管病变密切相关
- 高血糖、高血压、高血脂等因素共同作用

发病原因

- 神经病变导致感觉减退或缺失
 - 血管病变导致足部血液循环不良
 - 感染、创伤等诱发因素
-

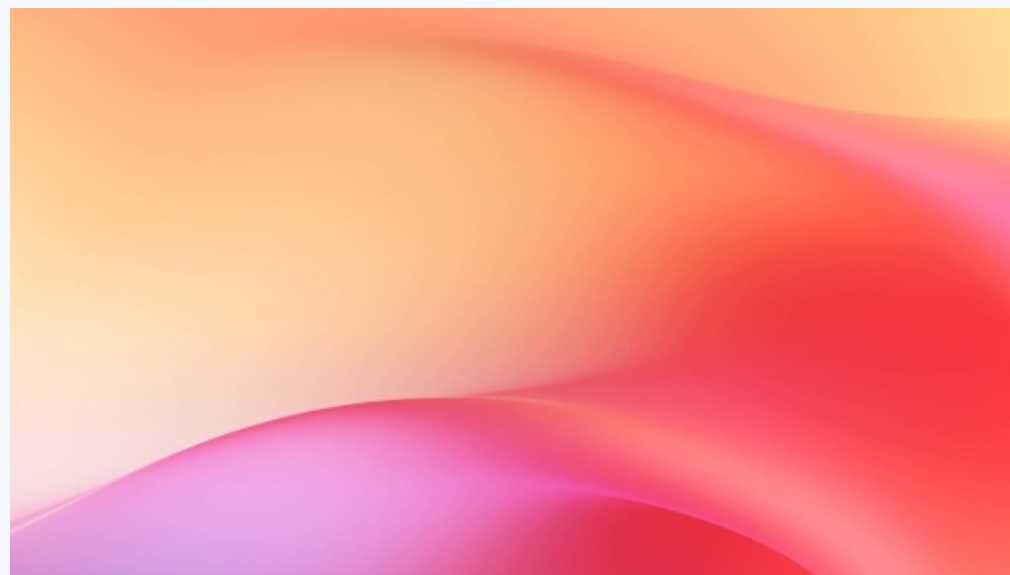


糖尿病足的分类与临床表现



分类

- 根据病程分为：初期、中期、晚期
- 根据感染程度分为：轻度、中度、重度



临床表现

- 初期：足部麻木、刺痛、感觉减退
- 中期：足部溃疡、感染、红肿
- 晚期：足部坏死、感染扩散、严重并发症

糖尿病足的危害与并发症

危害

- 足部疼痛、行走困难
- 感染、溃疡、坏死
- 严重时可能导致截肢

并发症

- 心血管疾病：心肌梗死、心力衰竭
 - 肾脏疾病：肾功能不全、尿毒症
 - 神经系统疾病：中风、痴呆
-





02

糖尿病足的预防策略

控制血糖与血压，减轻病情



控制血糖

- 规律用药：胰岛素、口服降糖药
- 饮食管理：低糖、低脂、高纤维饮食
- 增加运动：适量、规律的运动



控制血压

- 规律用药：降压药
- 饮食管理：低盐、低脂饮食
- 增加运动：适量、规律的运动

保持良好的生活习惯与饮食管理



良好的生活习惯

- 戒烟限酒
- 保持良好的作息时间
- 控制情绪，避免情绪波动



饮食管理

- 低糖、低脂、高纤维饮食
- 适量摄入蛋白质
- 避免高糖、高脂、高盐食物

定期检查与足部护理

定期检查

- 每年进行一次足部检查
- 血糖、血压、血脂等指标监测
- 足部神经、血管功能检查

足部护理

- 清洁与保养：每天用温水洗脚，保持足部干燥
- 穿鞋与袜：选择合适、舒适的鞋袜，避免磨损
- 定期修剪指甲：保持指甲平整，避免划伤





03

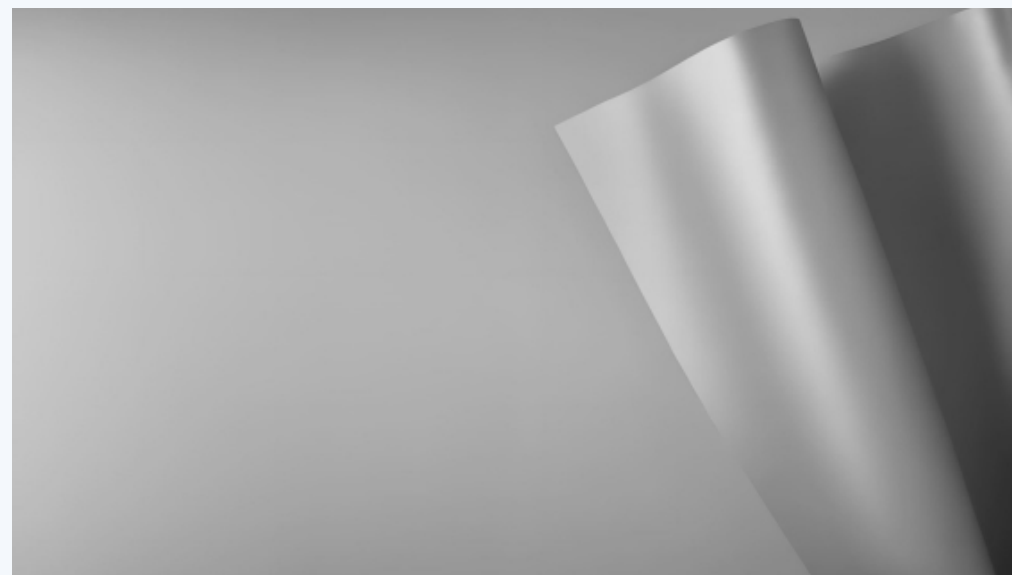
糖尿病足的护理方法

足部清洁与保养，防止感染



清洁与保养

- 每天用温水洗脚，避免过热过冷
- 使用中性沐浴露，避免刺激性强的洗涤剂
- 洗后擦干，保持足部干燥



防止感染

- 避免足部划伤 -及时处理小伤口：消毒、包扎
- 遵医嘱使用抗生素

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/99807012200006101>