

“11月14日是‘世界糖尿病日’。糖尿病的可怕之处不在于其本身,而在于患者出现的并发症。糖尿病足是糖尿病的常见严重并发症之一,如果治疗不及时、不恰当,有被截肢的风险。”

太和医院内分泌科专家蔡俊玮介绍,糖尿病足由缺血、神经病变和感染三种因素协同作用发生,因患者肢体末端感知能力减退,一些足部细小损伤很难被发现,从而耽误就诊。入冬后,糖尿病患者尤其要把足下放在心上。

■记者 曾雨 特约记者 王慧



水温过高 糖友泡脚出大问题

太和医院专家提醒,糖友要把足下放心上

泡脚水温过高 引发糖尿病足

糖尿病足患者早期因长期血糖控制不佳,血管神经受损,患者足部感觉减退,一些细小的损伤不容易被发现。

这不,55岁的张先生就因泡脚时未把控好水温,导致足部被烫伤,引发糖尿病足。据介绍,张先生患糖尿病8年左右,平时用药不规律,也很少检测自己的血糖。一次泡脚时,因水温过高致足部被烫伤出现红肿,没多久发展为破溃,并开始渗液,疮面也在不断扩大。

发现问题后,张先生并未重视,自行局部消炎、包扎,但疮面一直不能愈合。没多久,家人发现他脚很臭,脱下袜子一看,足部已经化脓,但他却一点痛感,家人当即送他到当地医院就诊。

太和医院内分泌科常务副主任蔡俊玮介绍,在当地医院,医生对张

先生给予清创、输液治疗,但其病情并不见好转,不仅溃面加深,渗液也增多,局部还出现变黑的情况,于是,家属带着张先生转至太和医院就诊。

“局部变黑,其实是组织出现坏死的表现。”蔡俊玮介绍,对张先生病情进行评估,发现其血糖为正常值的数倍以上,同时,白血细胞值也比较高。血管造影显示,下肢血管堵塞严重,CT显示骨组织、骨质破坏。当即对患者行控制血糖、控制感染治疗,并建议通过介入手术打通血管,从而改善远端血供,促进疮面恢复。

但遗憾的是,患者依从性较差,并未选择介入手术,在血糖、感染、疮面控制后,便出院回家。不幸的是,后患者病情反复,再次入院时,只能选择截肢保命。

绿豆大水疱险致截肢 会诊治疗后腿保住了

蔡俊玮表示,在非创伤性截肢中,有一半是由糖尿病足引起的。因此,糖尿病患者及其家属要对糖尿病足引起足够重视。

73岁的刘大爷因穿鞋不合适,在一次散步中,脚被磨出一个水疱。泡脚时,发现水疱仅有绿豆大小,便直接用手挤破,并涂抹红霉素软膏,谁料水疱出现红肿,进而开始渗液。到医院就诊时,足部已感染严重,足部组织大量坏死,被医生建议截肢。

听到截肢,刘大爷吓得不轻,于是到太和医院复查。蔡俊玮接诊后,建议刘大爷完善检查进行病情评估,并联系多学科诊疗小组成员会诊。很快,刘大爷被安排进行了两次超声清创手术治疗,同时积极控制血糖,抗感染等。刘大爷足部的溃疡逐渐好转,新鲜肉芽开始生长,他的脚保住了。

“尽管糖尿病足凶险,但可防可控。”蔡俊玮介绍,针对糖尿病足,太和医院内分泌科已有近20年的诊疗经验。

早在2003年,该科室就将糖尿病足作为科室亚专业重点发展,并于2015年到糖尿病足诊疗处于国内领先水平的广州孙逸仙纪念医院内分泌科学习糖尿病足的临床诊疗工作,学成归来后成立了糖尿病足工作室,组建了糖尿病足诊疗小组。2016年,在院的支持下,内分泌科还牵头成立了糖尿病足多学科诊疗小组。

针对关键的换药环节,太和医院内分泌科拥有超声清创、负压引流、富血小板血浆等技术,同时,根据患者疮面情况进行敷料选择,依托丰富的经验和成熟的技术,确保治疗效果。

糖尿病干预提前介入 “甜蜜家园”呵护健康

蔡俊玮提醒,糖尿病足存在“口小肚皮大”的情况,即外表看上去愈合了,其实里面的溃烂正在一点一点发展,其危害十分可怕,如果不及治疗,最终会导致患者致残致死。因此,患者在足部发生破溃时,一定要及时就医,切勿自行敷药,延误治疗时机。

“糖尿病足是可以预防的,经过早期积极有效的预防及治疗干预,85%的截肢是可以避免的。”蔡俊玮说。

家住郧阳区70多岁的王奶奶患有糖尿病,依靠互联网+甜蜜家园的管理模式,她今年的血糖一直保持在稳定值范围内,身体也没有出现大问题、小毛病。

原来,为加强对糖尿病患者的管理,太和医院内分泌科于2015年推出了“三位一体”管理机制,即在门急诊、住院病

房、居家这三个糖尿病人看病生活的重要场所设立专门专业的检测监测系统,并根据检测和监测到的患者血糖及其他身体状况,对患者进行居家生活指导。

目前,在“三位一体”管理机制基础上,内分泌科还建立了“全病程管理”和“全院血糖管理”,包括医院各科室采集到的患者血糖信息都将汇总到内分泌科,评估后对需要干预的患者提前进行干预。

“干预之后,经过检查,患者需要住院治疗的,进行一系列对症治疗。居家后,平台会督促患者通过‘糖尿病日记’记录血糖监测值。”蔡俊玮介绍,他们还在医护患三方建立了专门的微信交流群“甜蜜家园”,由分管医生、护士及上线医师在线答疑。

糖友要把足下放心上 建议每天检查足部

蔡俊玮介绍,糖尿病患者出现足部破损,若处于高血糖状态,机体消灭有害细菌的能力下降,容易引发伤口细菌感染。加上局部血液循环不好,若处理不及时,易引发坏疽,严重时甚至需要截肢或危及性命。因患者丧失了保护性感觉,在冬季取暖时一定要随时监测温度,不能持续升温。

此外,要选择舒适的鞋袜,码数合适、鞋面宽松、透气性好的鞋子,避免穿尖头鞋、底子过薄的鞋子。合脚的鞋子不仅舒适,还能使足底压力分布合理。选择质量好、舒适、包裹性强且透气好的鞋袜,养成每天换袜子的习惯。

修剪趾甲时,不宜剪得太短、太靠近皮肤,以免损伤皮肤引起感染。若脚部皮肤发生破损,应及时就医,切勿自行处理。

经常泡脚可以改善脚部的血液循环,但对糖尿病患者来说,要十分谨慎,水温不宜过高。泡脚后及时用纯棉毛巾轻轻擦干足部及足趾间。如有皮肤干裂,可外用油性保湿护肤品,避免引起溃疡。

最后,建议糖尿病患者要每天检查一下足部:是否有伤口、或有发白发紫现象,脚部皮肤温度是否正常、脚部大动脉搏动是否正常。如果患者眼睛不好看不清,就要请亲人帮忙。