

糖尿病人的足部檢查



Canadian Association
of Wound Care



Association canadienne
du soin des plaies

檢查的主要目的 是評估您患上糖尿病足的風險

- 如患有糖尿病，足部因神經受損、血液循環欠佳或足部 / 腳趾變形而出現問題（即「糖尿病足」）的風險隨之增加。
- 有關問題容易導致足部結繭、起水泡、受到損傷或感染，情況嚴重或需截肢。
- 然而，毋須過份憂慮。定期檢查、正確護理足部及穿著合適鞋履，便可大大減低截肢的風險。
- 定期檢查足部，有助您和您的保健專家及時察覺潛在的足部問題，加以處理，藉此避免病情惡化，或減慢其惡化速度。
- 足部檢查的次數，視乎您足部對損傷的反應而定，且經您和您的保健專家討論後決定。

保健專家會對您的足部進行 望診、切診及問診

望診

趾甲：有否增厚、往內生（內甲）或受感染。

皮膚：有否結繭、起水泡、受到損傷或感染。

足部結構：有否變形或腫脹。

泛紅：可能與感染、發炎或血液循環改變有關。

鞋履：必須貼腳合適。此外，檢查是否有外物或高低不平的邊緣。

切診

足部溫度：雙腳的溫差可提醒保健專家，注意病人足部是否受到感染、缺乏血液循環或發炎。

脈搏：評估血液供應是否足夠保持足部健康。

活動範圍：檢查足部關節的活動能力 — 尤其是首個趾關節 — 以確保整個足部的壓力平均分佈。

觸感：使用單絲探針測試病人是否失去足部感覺。

問診

以下四條問題有助評估病人是否開始失去足部感覺：

1. 有曾感到雙腳麻痺？
2. 雙腳刺痛嗎？
3. 有曾感到雙腳灼熱？
4. 雙腳感覺像有昆蟲在上面爬行嗎？

保健專家或會詢問的其他重要事項：

- 您患上糖尿病多久？
- 您的血糖是否受控？（空腹血糖值應界乎 4.0 和 7.0 mmol/L 之間，而餐後兩小時的血糖值應界乎 5.0 和 10.0 mmol/L 之間。）諮詢您的普通科醫生或內分泌科醫生，以了解您理想的血糖水平。
- 您有否足部潰瘍的病歷或曾否截肢？

謹記事項：

- 每日檢查足部。
- 定期會見您的保健專家。
- 如發現足部破損、起水泡或受傷，請即向您的足部護理人員求助！

詳情請瀏覽 *Diabetes, Healthy Feet and You* 網站：
www.cawc.net/diabetesandhealthyfeet

Canadian Association
of Wound Care



Association canadienne
du soin des plaies

Canadian Association of Wound Care

642 King Street West, Suite 200

Toronto, ON M5V 1M7

Tel: 416-485-2292 Toll-free: 1-866-474-0125

Email: healthyfeet@cawc.net