

糖尿病患者的足部检查



Canadian Association
of Wound Care



Association canadienne
du soin des plaies

足部检查的主要目的是判断您是否有患上糖尿病类足部并发症的风险。

- 如果您有糖尿病，您就有可能因神经损伤（即神经病变）、血流不畅或足部/脚趾变形而患上足部疾病。
- 此类疾病有可能让您的足部出现老茧、水疱、创伤或感染，并最终导致截肢。
- 好消息是，通过定期的筛查、合理的足部护理和穿着合脚的鞋子，多数患者是可以避免截肢的。
- 定期进行足部检查可以帮助您和您的保健师及时发现并控制潜在的危险因素，避免出现更多并发症或延迟并发症的出现。
- 足部检查的频率取决于您的足部出现创伤的风险程度，并由您和您的保健师共同商定。

保健师的检查方式将包括： 观察、触摸和提问。

观察

趾甲：增厚、趾甲长入肉中、感染

皮肤：起老茧、起水疱、开裂、创伤、感染

足部结构：畸形、肿胀

发红：这可能是感染、炎症或血液循环变化所致。

鞋：必须对脚有帮助，必须合脚。另外，检查鞋里是否有异物或毛边。

触摸

足部温度：如果您的双脚有温差，保健师可能会考虑到感染、血液循环不足或炎症。

脉搏：判断足部的血液供给是否足以保持足部健康

关节活动度：检查足关节的灵活性（尤其是第一个趾关节），确保整个足部所承受的压力是均衡的。

知觉：如果患者无法感觉到触碰其足部的单股尼龙纤维，便可断定其足部有丧失知觉（神经病变）。

提问

提出下面四个问题是为了判断足部是否有丧失知觉的可能性。

1. 您的双脚曾有过麻木的感觉吗？
2. 有刺痛感吗？
3. 曾有过烧灼感吗？
4. 有虫子在上面爬动的感觉吗？

保健师可能问到的其他问题包括：

- 您患糖尿病多久了？
- 您的血糖有得到控制吗？（您饭前的血糖含量应在 4.0 和 7.0 mmol/L 之间，饭后两小时的血糖含量应在 5.0 和 10.0 mmol/L 之间。）关于您理想的血糖水平，请始终咨询您的内科医生或内分泌学专家。
- 您曾有过足部溃疡或截肢史吗？

须牢记的要点：

- 每天检查您的足部。
- 定期拜访您的保健师。
- 如有发现裂口、水疱或创伤，请立即找您的足部护理机构寻求帮助！

详情请浏览我们的“糖尿病与足部健康”网站：
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

电话：416-485-2292 免费电话：1-866-474-0125

电子信箱：healthyfeet@cawc.net