

پی آسیبی

آسیب وارده به عصب بر اثر دیابت، پی آسیبی نامیده می شود. این عارضه زمانی پیش می آید که حس لامسه به تدریج مختل شود. پی آسیبی معمولاً پا، و گاهی اوقات بازو و دست را تحت تاثیر قرار می دهد. شایعترین دلیل پی آسیبی در افراد مبتلا به دیابت، سطح پایدار و کنترل نشده گلوکز خون است.



شایعترین نشانه های پی آسیبی وجود حس غیرعادی در ناحیه پا و ساق پا است؛ مثلاً:

- دردهای شدید و ناگهانی
- سوزش
- خارش
- حسی شبیه فرو رفتن سوزن در بدن
- لرزش
- کرختی (ناتوانی در احساس درد، گرما یا سرما)

می تواند وضع زخم را بدتر کند. افراد مبتلا به پی آسیبی با پوشیدن کفشهای نامناسب یا قدم گذاشتن ناآگانه بر روی اشیایی مانند پونز یا خرده شیشه ممکن است به پای خود آسیب برسانند.

شما می توانید از برخی عوارض جانبی زندگی با پی آسیبی - مانند زخم پای دیابتی - با پوشیدن کفشهای مناسب، کنترل کردن پاها حداقل یک بار در روز (اگر نمی توانید کف پای خود را ببینید از آینه استفاده کنید) و مراجعه به متخصص مراقبتهای بهداشتی بلافاصله پس از برخورد با یک وضعیت مشکوک، پیشگیری کنید.

پی آسیبی چالشهای فراوانی را به همراه دارد. هرچند، با انتخاب مناسب می توانید از پای خود حفاظت کرده و به طور کامل از زندگی لذت ببرید!

متخصص مراقبتهای بهداشتی، حساسیت اعصاب پا را با استفاده از یک تک-کرک (تکه نایلونی کوچک - شبیه موی برس - متصل به یک تکه چوب). اگر به دیابت مبتلا هستید، متخصص مراقبتهای بهداشتی باید پای شما را مرتباً معاینه کند.

لازم است بدانید که اگر پی آسیبی داشته باشید، با انتخاب کفش مناسب و پایش منظم وضعیت پای خود، می توانید از برخی پیامدهای منفی پی آسیبی، نظیر زخم پای دیابتی، پیشگیری کنید.

افرادی با حس معمولی، با تحرک مداوم از فشار وارده به پای خود کم کرده و از وارد آمدن فشار به قسمتهایی که می تواند باعث ایجاد درد شود، جلوگیری می کنند. هرچند، افراد فاقد حس عادی بر روی قسمتهای زخمی پا فشار وارد می کنند و این موضوع

برای اطلاعات مفید بیشتر در مورد مراقبت از پا، از این وب سایت دیدن کنید:

www.cawc.net/index.php/public/feet