

DİYABETİK AYAK

NEDİR?

Şeker hastalığı (Diyabet) zaman içinde sinirlerde ve damarlarda çeşitli hasarlara yol açmaktadır. Bu hasarlara nedeniyle ilerleyen zamanlarda organlarda fonksiyon bozukluklarına rastlanılır. Şeker hastalığı organları olumsuz yönde etkilemekte ve zaman içinde uzuvlarda da çeşitli sorunlara neden olur. Şeker hastalığından en çok etkilenen organlardan biri de ayaklardır.



FİZYOPATOLOJİK SÜREÇ

Diyabetik ayak yaraları sinir ucu harabiyetine veya bacakta atardamar tıkanıklığına bağlı olarak meydana gelen yaralardır. Bu yaralar uzun süre iyileşmeyen yaraların başını çekmektedir. Bu yaraların temel nedeni diyabet olsa da beraberinde eşlik eden tetikleyici nedenler mutlaka araştırılmalı ve öncelikle bu sorunlar tedavi edilmelidir. Atardamar tıkanıklığına bağlı oluşan yaralarda öncelikle bu damarların açılması gerektiği kesinlikle unutulmamalıdır. Aksi halde iyileşme süreci daha da uzayacaktır. Damar tıkanıklığının varlığı renkli doppler ultrason incelemesiyle kolayca tespit edilebilir.

DIYABETİK AYAKTA PATOLOJİK SÜREÇ VE SONUÇ



NE KADAR YAYGIN BİR PROBLEM?

Diyabetik ayak yarası veya diyabetik ayak ülseri olarak adlandırılan bu sorun, diyabet hastalarının en önemli problemlerinden biridir. Dünya Sağlık Örgütü'nün yaptığı araştırmaya göre, şeker hastalığına bağlı olarak oluşan komplikasyonların başında gelen **diyabetik ayak yarası** nedeniyle **dünyada her 30 dakikada bir kişi ayağını kaybetmektedir.** Ülkemizde en sık rastlanılan hastalıklardan biri olan şeker hastalığı, her geçen gün artış göstermektedir. Türkiye'de her yıl **480.000 kişide diyabetik ayak yarasına** rastlanılırken bunlardan **en az 10.000'i organ kaybı (AMPUTASYON)** yaşamaktadır.

Diyabetik ayak problemi her yaşta görülebileceği gibi ileriki yaşlarda risk daha çok artar. Diyabetik ayak ileri evre diyabetin göstergesidir. Diyabetin süresi ile görülme ihtimali doğru orantılı olarak artar. Yapılan araştırmalarda her 5 diyabet hastasından 1'inin yaşamı boyunca ayakta yara oluşma riski ile karşı karşıya kaldığı belirtilmektedir.

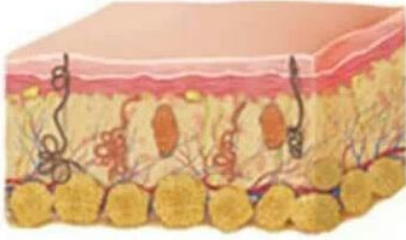
DİABETİK AYAK



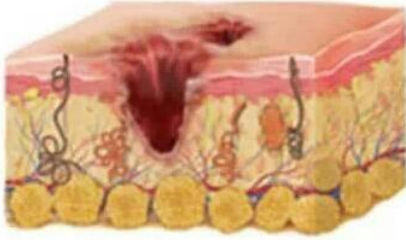
DİYABETİK AYAK YARASI NEDEN OLUR?

Diyabetik ayak yarası, şeker hastalığının uzun sürmesine bağlı olarak ortaya çıkan kronik yara çeşitlerinden biridir. Diyabetik ayak yarasının temel nedeni, şeker hastalığı olsa da genellikle sinirlerin ve damarların doğrudan etkilenmesi sonucunda oluşur. Vücuttaki birçok organı olumsuz yönde etkileyen şeker hastalığı en çok ayaklarda tahribata neden olmaktadır.

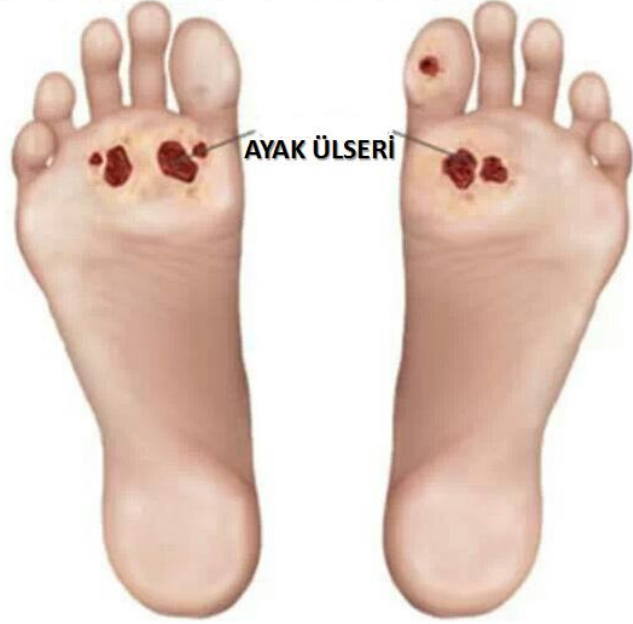
DIABETİK AYAK ÜLSERİ



NORMAL DERİ



DERİ ÜLSERASYONU

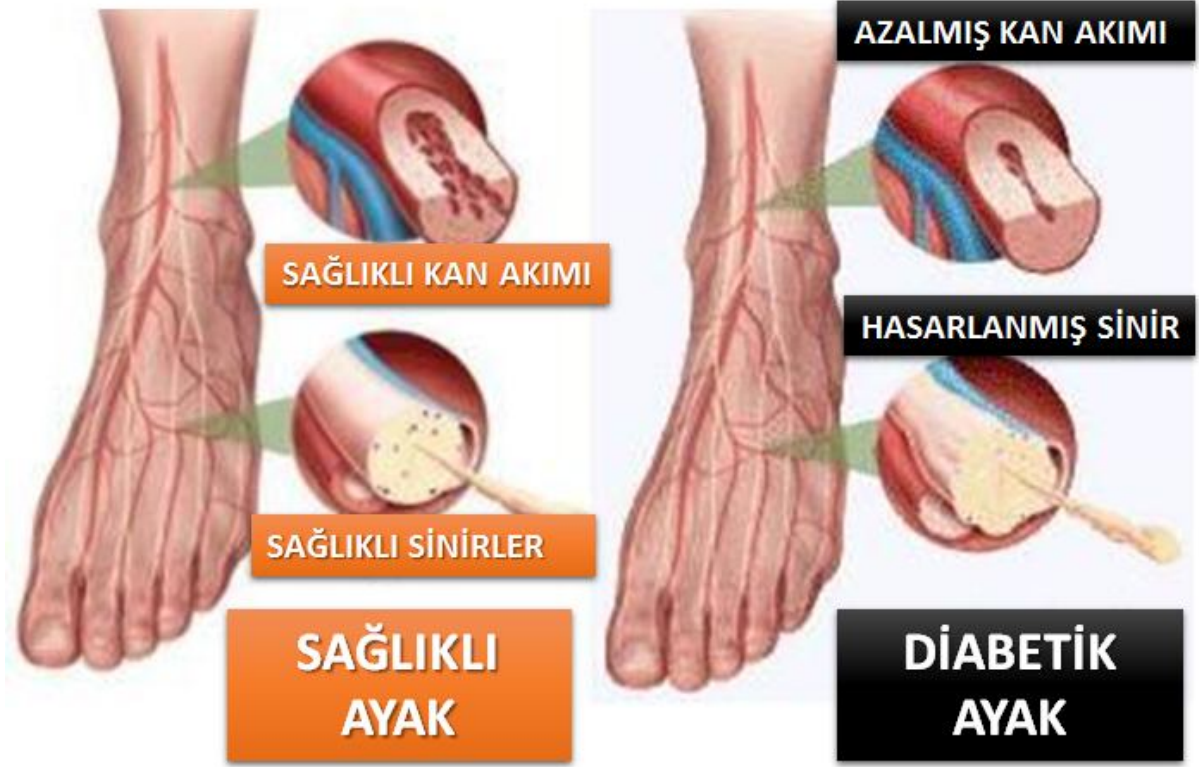


Nöropati olarak adlandırılan his ve motor sinirlerinin diyabetten etkilenmesi sonucunda diyabetik ayak yarası kaçınılmaz olabilir.

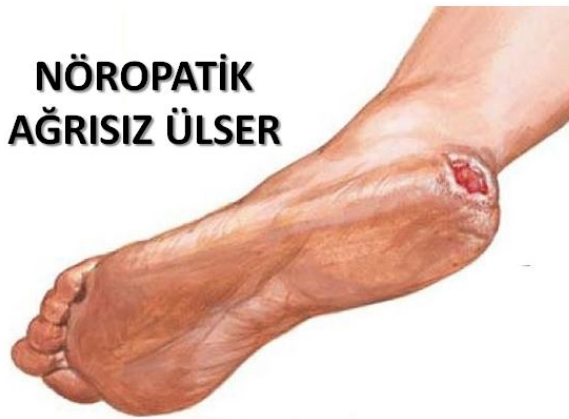
AYAKTA KARINCALANMA



Tüm bunların yanı sıra el ve ayaklardaki ter ve yağ bezlerinin sinirleri diyabet nedeniyle olumsuz yönde etkilenebilir. Buna bağlı olarak ciltte kuruluk oluşması ve cildin nemini kaybetmesi durumunda mikroplar daha fazla çoğalarak yara oluşumunu tetikler.



Sinir hasarının(**NÖROPATİK AĞRISIZ ÜLSER**) yanı sıra damar tıkanıklığına(**DORSALİS PEDİS PULSASYONUNUN ALINMAMASI**) bağlı olarak diyabetik ayak yarası oluşabilir. Diyabet hastalarının bacak veya ayaklarında meydana gelen damar tıkanıklığı sonucunda ayağın beslenmesi bozulur. Ayağın beslenmesinin bozulması durumunda ise ayağın tedavi edilmesi güçleşir.



DİABETİK AYAK- WAGNER SINIFLAMASI

DİABETİK AYAK SINIFLAMASI (WAGNER)

- Grade 0: Yüksek riskli¹ ayakta ülser
- Grade 1: Yüzeysel ülser (subkutan doku intakt)
- Grade 2: Subkutan dokuya invaze ülser (ligament, kasa penate kemik tutulması ve abse formasyonu yok)
- Grade 3: Selülit ve abse formasyonu ile birlikte derin ülser (sıklıkla osteomyelit mevcut)
- Grade 4: Lokalize gangren
- Grade 5: Tüm ayağı tutan yaygın gangren

(1) Kötü glisemik kontrol, yaşlılık, yalnız yaşama, kas iskelet sistemi ve nörolojik sorunlar, alkolizm, görme bozukluğu, psikiyatrik ilaç kullanımı vs.

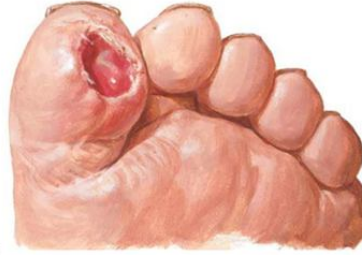


DİABETİK AYAK - WAGNER SINIFLAMASI



Grade 0: Yüksek riskli¹ ayakta ülser

(1) Kötü glisemik kontrol, yaşlılık, yalnız yaşama, kas iskelet sistemi ve nörolojik sorunlar, alkolizm, görme bozukluğu, psikiyatrik ilaç kullanımı vs.



Grade 1: Yüzeysel ülser (subkutan doku intakt)



Grade 2: Subkutan dokuya invaze ülser (ligament, kasa penate kemik tutulması ve abse formasyonu yok)



Grade 3: Selülit ve abse formasyonu ile birlikte derin ülser (sıklıkla osteomyelit mevcut)



Grade 4: Lokalize gangren



Grade 5: Tüm ayağı tutan yaygın gangren

FİZİKSEL TRAVMALAR

Diyabetik ayak yarasının oluşmasında etkili olan faktörlerden bir diğeri ise **fiziksel travmalardır**. Ayağa sivri bir cisim batması, ayağın kesilmesi, ayakkabının vurması veya sıkması gibi durumlarda diyabetik ayak yarası riski artış gösterir.

- Sinir hasarı
- Damar tıkanıklığı
- Kontrolsüz şeker hastalığı
- Kontrolsüz diyet
- Yetersiz ayak bakımı
- Yetersiz ayak hijyeni

ÖNLEM ALINMAZ İSE ÇOK HIZLI İLERLEYEBİLİR!

DIABETİK AYAK ÜLSERİ ÇOK HIZLI (GÜNLER İÇİNDE) İLERLEYEBİLİR!



DIYABETİK AYAK YARASI BELİRTİLERİ NELERDİR?

Diyabetik ayak yarası belirtileri, genellikle ayağın baskıya maruz kaldığı bölgelerde görülür. Ayak tabanı ve topuk kısmı ayağın en çok baskıya maruz kaldığı bölgelerdir. Ayakta meydana gelen yaralar farklı büyüklüklerde ve şiddette olabilirler. Yaralar yüzeysel olarak meydana gelebileceği gibi kas ve kemik dokusuna kadar ilerleyebilir.

BAZI DİABETİK AYAK KOMPLİKASYONLARI



Ülserin üzerinde iltihabi yapı bulunduğu gibi etrafı morumsu ve kırmızımsı bir renk alır. Enfeksiyonun ağırlaşması durumunda yaranın etrafı şişebilir. Hastanın ağrı duyusu kaybolmamış ise yaralar şiddetli ağrılara neden olur.

Damar tıkanıklığına bağlı oluşan yaralar sonucunda ayağın beslenmesinde ani bozukluklar meydana gelir. Bu bozulmalara bağlı olarak ayak soluk renkli ve soğuktur. Ayrıca uyuşma ve karıncalanma gibi hisler söz konusu olur. Ayağın beslenmesinin bozulması durumunda doku ölümleri ve kangrenli lezyonlar oluşur.

- Parmakların su toplaması
- Parmakların arasında oluşan mantar enfeksiyonu
- Baş parmağın diğer parmaklara doğru bükülmesi (halluksvalgus)
- Topuk dikenini
- Topuk ağrısı
- Pençe ayak
- Tırnak batması
- Deride kuruluk ve çatlaklar
- Nasır ve ülser
- Siğil oluşumu
- Yürüme veya istirahat sırasında ağrı hissi
- Deride soyulma ve iltihaplanma
- Deride kalınlaşma

DIYABETİK AYAK YARASI TEDAVİSİ

Diyabetik ayak yarası tedavisinde öncelikle diyabet kontrol altına alınır. Diyabetin kontrol altına alınmasının yanı sıra damar tıkanıklığı söz konusu ise öncelikle damar tıkanıklığı açılmalıdır. Aksi halde yaranın iyileşmesi daha uzun sürer ve bu durum tedaviyi olumsuz yönde etkiler. Diyabetik ayak yarası tedavisine başlanmadan önce yara; enfeksiyon hastalıkları, plastik cerrahi, ortopedi, damar cerrahisi, radyoloji ve girişimsel radyoloji uzmanları tarafından detaylıca değerlendirilmelidir. İhmal edilen ve tedavi edilmeyen diyabetik ayak yaraları ilerleyici olup organ kaybına veya kangrene neden olabilir. Kangren sonucunda ise hasta parmaklarını veya ayağını kaybedebilir.

DIYABETİK AYAK YARASINDAN NASIL KORUNULUR?



- Kan şekerinizi düzenli olarak takip edin.
- Ayaklarınızı her gün ılık su ile yıkayın ve yumuşak bir havlu ile iyice kurulayınız.
- Ayaklarınızı nemlendirici kremler ile nemlendirmeyi ihmal etmeyiniz.
- Çıplak ayakla dolaşmaktan kaçınınız.
- Kullandığınız ayakkabı, terlik ve çorabın bol olmasına özen gösteriniz.
- Ayağınızı kesik, yara ve mantar oluşumuna karşı koruyunuz.
- Ayağınızda nasır oluşması durumunda nasır bakımı uzman kişilerce yapılmalıdır.
- Ayağınızın üşümesi durumunda ısıtıcılara yaklaşmak yerine yün çorap giyin.
- Ayak tırnakları düz, köşeleri yuvarlak şekilde kesilmelidir.
- Ayakkabıları çorapsız giymekten kaçınınız.

- Ayakkabıyı giymeden önce içini iyice kontrol edin.
- Yumuşak, rahat ve dikişsiz ayakkabıları tercih edin.
- Sigara kullanımından kesinlikle kaçınmalısınız.
- Parmak arası terlik kullanmayın.

KAYNAKLAR

- 1- <https://www.neoldu.com/diyabetik-ayak-yarasi-nedir-ve-nasil-tedavi-edilir-15466h.html>

EPİGENETİK ÇÖZÜM: DİABETİK AYAK



Bu ürün majistral bir ilaçtır.

Uygulama teknikleri

- 1- Kremi **14 gün boyunca sabah akşam** olmak üzere **günde 2 kez** yaranın olduğu bölgenin üzerine **en az yarım çay kaşığı** kremi yayın ve üzerini temiz gazlı bezle kapatın.
- 2- **14 ve 28.ci günler** arasında **günde 2 kez** yukarıda tarif edildiği gibi sürülmeye devam edilir.

Uyarılar ve Önlemler

- 1- İlk **14 günde yara alanında artış, iltihabi akıntı ya da kokumeydana** gelirse mutlaka doktorunuza haber verin.
- 2- Düzgün bir iyileşme için yaraların **zarar görmüş, ölmüş ve enfekte olmuş** dokularından kurtarılması gerekir. Böyle bir durumda kremi sürmenin yara iyileşmesinde bir yarar sağlamayacağından lütfen doktorunuza danışın.
- 3- Krem içeriği **doğal ürünlerden** oluşmakta olup herhangi bir **alerjik reaksiyon** oluşursa kullanım **hemen kesilmeli ve doktorunuza bilgi vermelisiniz.**

**BASI YARASI PROBLEMİNİZ VARSA 0 312 241 77 00 NUMARALI
TELEFONDAN LÜTFEN RANDEVU ALINIZ.**

SİZLERİ 'EPİGENETİK SAĞLIK ÇÖZÜMLERİ' NE BEKLİYORUZ.