



ΚΕΝΤΡΟ  
ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ  
& ΔΙΑΒΗΤΗ



## ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΟΔΙ

Διάγνωση και Θεραπεία

Το Ερρίκος Ντυνάν Hospital Center, ακολουθώντας σύγχρονες διεθνείς πρακτικές στην παροχή υπηρεσιών υγείας, δημιούργησε το **Κέντρο Μεταβολισμού και Διαβήτη**. Πρόκειται για ένα πρότυπο Κέντρο με τη δυνατότητα διάγνωσης και αντιμετώπισης ενός ευρέος φάσματος μεταβολικών διαταραχών με έμφαση στο διαβήτη και με εξειδίκευση στη διεπιστημονική αντιμετώπιση του διαβητικού ποδιού.

## **Η ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ**

Η φιλοσοφία του Κέντρου στηρίζεται στη σφαιρική προσέγγιση των μεταβολικών διαταραχών και δίνει λύσεις στο σύνολο των μορφών του διαβήτη και των προβλημάτων που προκαλεί.

Σημαντική επίσης παράμετρος της λειτουργίας του Κέντρου είναι η διαχρονική παρακολούθηση των ασθενών, καθώς οι πάσχοντες από σακχαρώδη διαβήτη πρέπει να εξετάζονται κάθε χρόνο και παράλληλα να εκπαιδεύονται κατάλληλα, ώστε να προλαμβάνουν τραυματισμούς των άκρων ποδιών.

## **ΑΜΕΣΗ ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΕΣ**

Ακολουθώντας τις διεθνείς πρακτικές, η Ιατρική Ομάδα του Κέντρου εξειδικεύεται στη διάγνωση και τη θεραπεία του διαβητικού ποδιού, έχοντας άμεση συνεργασία με διαβητολόγο, ορθοπεδικό, αγγειοχειρουργό, ποδολόγο και εκπαιδευμένη νοσηλεύτρια. Με τον τρόπο αυτό δίνεται η απαιτούμενη έμφαση, ανάλογα με το μέγεθος του προβλήματος του κάθε ασθενούς.

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΟΔΙ;

Διαβητικό πόδι είναι το πάσχον άκρο πόδι σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη λόγω της βλάβης των νεύρων (νευροπάθεια) ή/και της βλάβης των αγγείων (ισχαιμία), κατά την οποία φραγμένες αρτηρίες δε φέρνουν αρκετό αίμα στα πόδια. Όταν ο ασθενής έχει διαβητική νευροπάθεια ή/και ισχαιμία κάτω άκρων, κάθε βλάβη στο πόδι μετά τον αστράγαλο είναι βλάβη διαβητικού ποδιού.

Παράλληλα όμως, μη ορατές βλάβες του ποδιού, όπως είναι η επώδυνη διαβητική νευροπάθεια και το σύνδρομο των ανήσυχων ποδιών, περιλαμβάνονται επίσης στον ορισμό του διαβητικού ποδιού.

Στην επώδυνη διαβητική νευροπάθεια εκδηλώνεται (συνήθως τη νύχτα) μούδιασμα ή πόνος στο πόδι χωρίς να υπάρχει κάποια φανερή αιτία.

## ΠΩΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΤΑΙ ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΟΔΙ ΚΑΙ ΓΙΑΤΙ;

Η διαβητική νευροπάθεια προκαλεί απώλεια των αισθήσεων στο πόδι. Έτσι, ο πάσχων δεν αισθάνεται τον πόνο από τραυματισμό ή εγκαύματα και δεν προστατεύει τα πόδια του. Ο τραυματισμός μπορεί να εξελιχθεί σε πληγή (έλκος), η οποία μπορεί να μετατραπεί σε χρόνια εφόσον, ο ασθενής δεν αισθάνεται ενόχληση ώστε να λάβει τα μέτρα του έγκαιρα. Τα έλκη μπορεί να μολυνθούν και η λοίμωξη να επεκταθεί από το δέρμα στους μύες και στα οστά, τα οποία βρίσκονται πλέον χωρίς προστασία.

Οι βαριές λοιμώξεις μπορεί να οδηγήσουν σε γάγγραινα και να γίνουν επικίνδυνες για τη ζωή του ασθενούς.

## ΤΥΠΟΙ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟΥ ΠΟΔΙΟΥ

Υπάρχουν τρεις τύποι διαβητικού ποδιού, ανάλογα με την αιτία και τον τρόπο εκδήλωσης:

- α) Το νευροπαθητικό πόδι, στο οποίο επικρατεί η νευροπάθεια.
- β) Το ισχαιμικό πόδι, στο οποίο επικρατεί η ισχαιμία.
- γ) Το νευροϊσχαιμικό πόδι, το οποίο είναι ο συνδυασμός των δύο ανωτέρω καταστάσεων.

Όλες αυτές οι καταστάσεις πρέπει να διαγνωσθούν έγκαιρα και να ληφθούν μέτρα ώστε να προληφθεί τυχόν δημιουργία πληγής.

## ΜΕΘΟΔΟΙ ΔΙΑΓΝΩΣΗΣ

Η διάγνωση γίνεται με απλές και σύντομες εξετάσεις, όπως ψηλάφηση σφυγμών και εξέταση αρτηριών με Doppler, ενώ υπάρχουν και άλλες, περισσότερο εξειδικευμένες εξετάσεις όταν απαιτείται, όπως το Triplex και η αρτηριογραφία.



---

## ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- + Εξετάζετε τα πόδια και τα δάχτυλά σας καθημερινά για κοψίματα, φουσκάλες, ερυθρότητα, πρήξιμο ή κάλους.
- + Πλένετε τα πόδια σας καθημερινά με χλιαρό νερό και σαπούνι. Λόγω της νευροπάθειας η αίσθηση της θερμοκρασίας μπορεί να μην είναι ακριβής. Για το λόγο αυτό δοκιμάζετε πάντα πρώτα με το χέρι τη θερμοκρασία. Μην αφήνετε τα πόδια να μουλιάσουν. Τα στεγνώνετε με μαλακή πετσέτα, προσέχοντας ιδιαίτερα ανάμεσα στα δάχτυλα.
- + Χρησιμοποιείτε ενυδατική κρέμα για το δέρμα των ποδιών, όχι όμως ανάμεσα στα δάχτυλα καθώς εκεί μπορεί να αναπτυχθούν μύκητες.
- + Αφαιρείτε απαλά τους κάλους με ελαφρόπετρα. Μην χρησιμοποιείτε ξυράφια ή ψαλίδια για τους κάλους, ούτε διαβρωτικά υλικά του εμπορίου.
- + Κόβετε τα νύχια των ποδιών κάθε εβδομάδα ή όταν χρειάζεται. Προσέχετε ιδιαίτερα ώστε το κόψιμο να μην είναι βαθύ και οι άκρες των νυχιών να μη βρίσκονται κάτω από το δέρμα.
- + Φοράτε πάντα παπούτσια ή παντόφλες. Επιλέγεται παχιές, μαλακές κάλτσες χωρίς ραφές ή σφιχτά λάστιχα.
- + Φοράτε παπούτσια που εφαρμόζουν καλά, αλλά επιτρέπουν στα δάχτυλά σας να κινούνται.
- + Εξετάζετε με προσοχή τα παπούτσια σας πριν τα φορέσετε, για τυχόν ύπαρξη σκληρών ραφών ή μικρών αντικειμένων που μπορεί να τραυματίσουν το πόδι.
- + Προσέχετε την καυτή άμμο και την καυτή άσφαλτο το καλοκαίρι. Φοράτε πάντοτε άνετα πέδιλα ή παντόφλες για αποφυγή εγκαύματος χωρίς να το αντιληφθείτε.



**ΕΡΡΙΚΟΣ ΝΤΥΝΑΝ Hospital Center**  
**Κέντρο Μεταβολισμού & Διαβήτη**

Μεσογείων 107, 115 26 Αθήνα  
Τηλ.: 210 6972 226  
Τηλεφωνικό Κέντρο: 210 6972 000

**e-mail: [diabetes@dunant.gr](mailto:diabetes@dunant.gr)**  
**[www.dunant.gr](http://www.dunant.gr)**