

足部的穿著

你可能需要穿著一個石膏腳模用以減輕壓力或要穿著特種的鞋子直至你的潰瘍痊愈。你不應穿著任何其他鞋子直至你的足科治療師通知你可以回復穿著你自己的鞋子。

足科治療的預約

必須依時出席預約以便治療你的潰瘍。你可能需要定時治療預約直至傷口痊愈。你的預約可能是與地區護士、治療室護士或你的足科治療師會面的。

抗生素治療

如果傷口或鄰近的肌肉組織有感染的現象時，你可能會需要服用抗生素。服用抗生素後如果有任何問題的話(例如：皮疹、作嘔或腹瀉)，你必須向開出處方者報告。如果未能與處方者聯繫的話，應該立刻聯絡你的家庭醫生。除非是治療員或你的家庭醫生指令之外，請勿停止服用你的抗生素。確定你有足夠的抗生素份量去完成這個療程，這樣你的治療就不會被中斷。

如果感染是蔓延開來的話，你可能要入院治療。在醫院內，將會把抗生素直接注入血管內以便快速將感染治療。這種情況是極少會發生的。

手術

有時，如果感染是嚴重的話，你可能要接受一項小手術以便將傷口清理。

如果感染是極端嚴重的話，可能要做截肢手術才能保存足部中健康的部份。

如果你的血液運行是減弱的話，你可能被轉介及要接受一項小手術，以增加潰瘍範圍的血液供應。

如果你發現任何更多的問題的話，又或者你對於你的足部潰瘍的治療有所憂慮者，請立即與你本區的足科部門或家庭醫生聯繫，以便獲取合適的建議。

個人的建議

.....
.....
.....
.....
.....

本區的聯繫電話號碼


足科部門:

.....
.....

家庭醫生診所:

.....

由蘇格蘭糖尿病小組編制 - 足部行動小組



照護因糖尿病 引致的 足部潰瘍

糖尿病資訊
及建議單張

糖尿病是終生的病症，有時會引致足部的問題。這些可能產生的問題是因為供應你足部的神經線及血管受到了破壞。

這可能會影響：

- ❖ 你足部的知覺（邊緣神經感覺）；及
- ❖ 你足部的血液循環（局部缺血）。

這些改變可以是慢慢漸進的，而你可能不會察覺到。所以每年必須接受足科治療師對你的足部作檢查及評估。這樣就可以根據你的需要去決定一個治療的方案。

你有因**糖尿病而引致的足部潰瘍**。這就是說皮膚的一部份是破損了的，及皮下層的肌肉現時是暴露出來的。

一些糖尿病患者的皮膚是不容易痊愈的，所以就算只是輕微的受傷後都很有可能會形成潰瘍或受到感染。

大約十份之一的糖尿病患者在某個階段中會出現足部的潰瘍。

足部的潰瘍可能會受到感染及感染的程度可以變得很嚴重。小心照護你的足部的潰瘍是非常重要的，可以避免發生感染。

對你的糖尿病、膽固醇及血壓的度數作出控制和每年接受足科治療師對你的足部作檢查及評估等都可以減低以後你的足部會有更多問題出現的風險。

如果你是吸煙者，你就會被勒令要戒煙。吸煙會影響你的血液循環及可能會導致截肢手術。

因為你有**因糖尿病而引致的足部潰瘍**，你需要定期接足科治療。

你的足科治療師會制定一個治療方案去配合你的需要。

因糖尿病而引致的足部潰瘍的足科治療

因糖尿病而引致的足部潰瘍有時會被硬化的表皮遮蔽著及會令壞死的肌肉聚集在其四週圍。足科治療師需要將這些壞死的肌肉清除以助你的足部潰瘍痊愈。這樣可能會令潰瘍有些微出血，但這完全是正常的。切勿嘗試自己去治療那些潰瘍。

你要怎樣去照護因糖尿病而引致的足部潰瘍

切勿觸摸紗布，除非你已經看過示範，清楚知道怎樣正確地將紗布除去及更換，同時你亦有合適的紗布將舊的替換下來。

繼續每日檢查你的足部

繼續每日檢查你的足部以便及早發現任何其他有問題的部位或危險的徵兆。

危險的徵兆

當你檢查你的足部時，應要細心留意任何下列**危險的徵兆**。

- ❖ 是否有其他新的疼痛或有陣陣輕微跳動的疼痛？
- ❖ 你的足部是否感覺上比平時熱得多？
- ❖ 是否發現任何新的部位有發紅、發炎或腫脹的現象？
- ❖ 是否有流膿的現象？
- ❖ 你的足部是否發放出不同的氣味？
- ❖ 你是否有感冒的症狀？

不要把紗布弄濕

把紗布弄濕會妨礙痊愈或會讓細菌進入潰瘍內。這樣就會引起更多的問題。你的足科治療師或會給你一個紗布保護罩可以把紗布保持乾爽，或者他們會給你一張表格，讓你交給你的家庭醫生以便取得處方去購買這個紗布保護罩。這個紗布保護罩可以让你安全地洗澡或淋浴，但紗布卻會被保持乾爽。如果要獲得更多的資訊，請瀏覽：

www.sdsp.org.uk/dressingprotector

把足部週圍的部位保持滋潤

如果你的皮膚是乾燥的話，每日都要塗抹一些滋潤的乳霜，避免塗抹在破損的皮膚上或腳趾之間的位置。

切勿用受到影響的腳足作站立或步行

避免不必要的站立或步行。傷口如果不停地受到壓力是不會痊愈的。儘量多些休息及將你的足部墊高以助痊愈。嘗試使用任何所有由足科治療師建議的方法及所提供的物品去減輕足部所受到的壓力。