

# Diabetische voetenpoli

U heeft een afspraak op het diabetische voetenspreekuur in Rijnstate Arnhem. In deze folder leest u informatie over de diabetische voet en hoe wij de (poliklinische) behandeling binnen Rijnstate hebben georganiseerd. Ook vindt u informatie over wat u zelf kunt doen om voetproblemen bij diabetes te voorkomen.



**Rijnstate**

**Neem altijd uw  
verzekeringsgegevens  
en identiteitsbewijs mee!**

# Algemeen

De informatie in deze folder is bedoeld als algemene informatie. Uw persoonlijke situatie kan anders zijn dan wij hier beschrijven. Heeft u vragen, neemt u dan gerust contact op met de Verpleegkundig Specialist Wondzorg. De contactgegevens staan achterin deze folder.

## Diabetische voet

Een diabetische voet is een gevolg van diabetes mellitus (in de volksmond ook wel suikerziekte genoemd). Voetafwijkingen komen veel voor bij mensen met diabetes. Vooral bij patiënten die meer dan tien jaar diabetes hebben, is er een verhoogd risico op voetproblemen. Dit komt door schade aan de zenuwbanen en/of bloedvaten. Als langere tijd de bloedsuikerspiegel niet goed is ingesteld, neemt het risico op voetproblemen toe.

## Zenuwschade

Bij een diabetische voet is er door schade aan zenuwen vaak minder gevoel in de voeten en kan de stand van de voet veranderen. De tenen kunnen bijvoorbeeld meer in klauwstand gaan staan of de vorm van de voet kan veranderen. De medische term voor deze zenuwschade is polyneuropathie. Soms is het gevoel niet minder, maar heeft u juist pijn of prikkelingen in de voet.

Door de schade aan de zenuwen is de huid vaak droog en schilferig. Ook neemt de vorming van eelt toe of zijn er andere huidproblemen. Vooral het verminderde gevoel kan ervoor zorgen dat u niet merkt dat u kleine wondjes heeft aan uw voeten of dat uw schoenen knellen. Er ontstaan drukplekken en als de schoen niet op tijd wordt aangepast, ontstaat er een voetwond. Een voetwond wordt ook wel ulcus genoemd.

# Vaatproblemen

Naast schade aan de zenuwen ontstaat er vaak ook schade aan bloedvaten. Doordat bloedvaten beschadigen, stroomt er minder (zuurstofrijk) bloed door de benen en voeten. Dit vertraagt de genezing van de wond. Bij ernstige problemen aan de bloedvaten ontstaat soms pijn in de benen, bijvoorbeeld 's nachts, of bij het lopen van lange afstanden.

## Infectie

Naast het verminderde gevoel en de problemen aan de bloedvaten is er door diabetes mellitus ook een groter risico op wondinfecties. Door deze combinatie kunnen kleine drukplekken en wondjes snel verslechteren. Dit kan in korte tijd ernstige voetproblemen veroorzaken.

Als herstel niet meer mogelijk is of de wondinfectie levensbedreigend wordt, kan dit in het ergste geval leiden tot amputatie van een teen of een deel van de voet.

## Diagnose

De behandeling van de diabetische voet is gericht op het bestrijden van de oorzaak en de mogelijke onderliggende aandoening(en). Eerst moet er een diagnose worden gesteld. Uw huisarts onderzoekt samen met de diabetesverpleegkundige en/of podotherapeut uw klachten en start een behandeling.

Als er binnen twee tot drie weken geen verbetering is, verwijst uw huisarts u in veel gevallen door naar het ziekenhuis. Bij ernstige problemen verwijst uw huisarts u eerder door. Als u voor de behandeling van de diabetes bij de internist komt, verwijst de internist u naar de voetenpoli.

# Behandeling van diabetische voet

Na de diagnose volgt de behandeling met als belangrijkste stappen:

- bloedvoorziening verbeteren;
- infectie bestrijden of voorkomen;
- schoonmaken van de wond en de wondranden;
- wegnemen van de druk op de wond, bijvoorbeeld door vilt of gips.

Hoewel de behandeling van de diabetische voet poliklinisch (zonder opname) gebeurt, is voor sommige behandelingen een (korte) opname in het ziekenhuis nodig. Bijvoorbeeld wanneer de bloedvoorziening naar de voet onvoldoende is en behandeling nodig is. Ook bij ernstige infecties waarbij het risico op onherstelbare schade groot is, wordt u opgenomen voor behandeling in het ziekenhuis. U krijgt dan bijvoorbeeld antibiotica toegediend via het infuus.

## Werkwijze Rijnstate

In Rijnstate behandelt het voetenteam diabetische voetklachten. Het voetenteam bestaat uit een vaatchirurg, internist, podotherapeut en verpleegkundig specialist (wondzorg). De verpleegkundig specialist is uw eerste aanspreekpunt. Zo nodig worden andere specialisten ingeschakeld, bijvoorbeeld een gipsverbandmeester, dermatoloog of revalidatiearts.



Van links naar rechts: dr. A. van Bon (internist), dhr. M. Flipse (podotherapeut), mevr. M. Mouchart (podotherapeut), dr. L. Smeets (vaatchirurg), dhr. R. Toeter (verpleegkundig specialist), mevr. M. van Straaten (podotherapeut)

## Voetenspreekuur

Iedere week houden wij een diabetisch voetenspreekuur, waarin het voetenteam samen met u een behandelplan maakt en de vorderingen volgt. Naast de beoordeling van uw voeten bekijkt het voetenteam ook hoe uw diabetes is ingesteld, welke (voet)problemen eerder hebben gespeeld, of er aanwijzingen zijn voor bloedvatproblemen en in welke mate de voetproblemen invloed hebben op uw dagelijks leven.

Om een goede diagnose te stellen, doen wij verschillende onderzoeken, zoals voetinspectie van beide voeten. Als het nodig is, plannen we aanvullende onderzoeken in, bijvoorbeeld onderzoek naar bloedvaten, röntgenfoto's of bloedonderzoek.

Het voetenteam kan contact opnemen met uw behandelend (huis)arts om de instelling van de diabetes te optimaliseren. Waar mogelijk verwijzen wij u terug naar uw huisarts en podotherapeut.

Wanneer u of uw naasten de dagelijkse wondverzorging niet zelf kunnen doen, komt er iemand van de thuiszorg (wijkverpleegkundige). Is specialistische wondzorg nodig, dan kan een gespecialiseerde wondverpleegkundige de behandeling bij u thuis uitvoeren.

Vaak maken we tijdens het bezoek op de poli foto's van de voetwond. Als u dat goed vindt, gebruiken we deze foto's voor onderwijs aan zorgverleners.

## Polikliniek Rijnstate

Het spreekuur vindt plaats in het Vasculair Centrum (route 59) van Rijnstate Arnhem. Wat neemt u mee:

- Identificatiepapieren (rijbewijs of paspoort)
- Lijst met de namen van uw medicijnen
- Rijnstatekaart
- Schoenen waar u het meest op loopt
- Uw diabetesdagboek (als u dat heeft)
- Een lijstje met vragen die u wilt stellen
- Als u thuiszorg krijgt (wijkverpleging), de naam van de instelling en de zorgcoördinator.

# Belangrijk!

Omdat u veel informatie krijgt, is het goed om iemand mee te nemen naar het ziekenhuis.

Bij het diabetische voetenspreekuur komen veel patiënten. We doen ons best om u zo kort mogelijk te laten wachten. Op de televisieschermen in de wachtruimte informeren wij u over de wachttijden.

Tip: neem iets te lezen mee en eventueel iets te eten of te drinken mee.

## Contact

Heeft u vragen over uw afspraak, belt u dan het Vasculair Centrum, telefoonnummer 088 - 005 3077.

Heeft u vragen over de behandeling, belt u dan de Verpleegkundig Specialist Wondzorg (de heer R. Toeter), telefoonnummer 088 - 005 6783.

Niet dringende vragen kunt u ook per e-mail sturen naar: [voetenteam@rijnstate.nl](mailto:voetenteam@rijnstate.nl).

U kunt ook contact opnemen door middel van een e-consult in Mijn Rijnstate via [www.rijnstate.nl/mijnrijnstate](http://www.rijnstate.nl/mijnrijnstate). Let op: bij spoed is een e-consult niet geschikt.

# Nazorg

Als uw voetwond is genezen, is het belangrijk dat er geen nieuwe voetproblemen ontstaan. Vaak zijn schoenen nodig die op maat zijn gemaakt. Deze schoenen worden ook wel orthopedische schoenen genoemd. Ze bieden de voeten de juiste ondersteuning en zorgen dat er geen nieuwe drukpunten ontstaan. Voor het aanmeten verwijst het voetenteam u naar de orthopedisch schoenmaker.

Als de schoenen zijn gemaakt, komt u nog een keer naar het spreekuur zodat we kunnen zien of de schoenen helemaal goed passen. Soms is het nodig dat de schoenmaker nog een paar kleine dingen aanpast.

Het is belangrijk dat uw schoenen regelmatig worden gecontroleerd en aangepast, als dat nodig is. De podotherapeut kan dit doen samen met de huisarts of het gebeurt in het ziekenhuis.

Verder is het belangrijk dat een medisch pedicure, die hiervoor is opgeleid, uw voeten en nagels regelmatig verzorgt. Zij kan ook zien of er nieuwe voetproblemen zijn. Vaak vergoedt de zorgverzekeraar een deel van de kosten van de pedicure. Belt u hiervoor uw verzekeraar.

## Wat kunt u zelf doen

Wat kunt u zelf doen om voetwonden te voorkomen:

- Bekijk elke dag goed uw voeten aan de boven- én onderkant en tussen de tenen. U kunt hiervoor een handspiegel gebruiken of iemand anders vragen te kijken.
- Maak uw voeten elke dag schoon met lauw water en droog uw voeten daarna af met een schone handdoek. Niet hard wrijven, maar deppen. U mag geen voetenbad nemen. Dat maakt de huid te zacht waardoor de huid sneller kapot kan gaan. Houd de huid van de voeten en onderbenen soepel met een paar druppels dunne verzorgende olie of een vette (voeten) crème. Gebruik geen olie of crème tussen de tenen. Laat de olie of crème



onder de voetzool eerst goed intrekken voordat u gaat lopen. Anders kunt u uitglijden.

- Gebruik geen kruik in bed, trek warme (thermo)sokken aan als u koude voeten heeft.
- Gebruik sokken zonder naad.
- Gebruik geen likdoornpleisters en prik niet zelf blaren door. Ga hiervoor naar uw medisch pedicure, de podotherapeut of het diabetische voetenspreekuur.
- Nagels knippen en eelt verwijderen mag u niet zelf doen. Ga hiervoor naar een pedicure die hiervoor is opgeleid.
- Heeft u een nieuw wondje, drukplek of nagelprobleem? Neem direct contact op met uw (huis)arts of podotherapeut.

## Schoenen

Wat is belangrijk bij het dragen van schoenen?

- Draag schoenen van goede kwaliteit die uw voeten goed beschermen en waarin u de tenen goed kunt bewegen.
- Draag altijd schoenen, dus ook in huis. Loopt nooit op blote voeten.
- Draag geen schoenen met hoge of middelhoge hakken.
- Kijk elke dag of er geen steentjes of andere dingen in uw schoenen zitten. Voel altijd even met uw hand in de schoen of de schoen nog glad is van binnen. Trek daarna pas de schoen aan.
- Neem bij problemen met uw orthopedische schoenen direct contact op met uw schoenmaker.

# Contact

Bezoekadres diabetische voetenspreekuur:

Rijnstate, locatie Arnhem  
Vasculair Centrum, route 59  
Wagnerlaan 55  
6815 AD ARNHEM

Algemeen telefoonnummer Rijnstate:

088 - 005 8888

Telefoonnummer Rijnstate Vasculair Centrum (route 59):

088 - 005 3077

Telefoonnummer Verpleegkundig Specialist:

088 - 005 6783

Voor niet dringende vragen kunt u ook een e-mail sturen naar:

[voetenteam@rijnstate.nl](mailto:voetenteam@rijnstate.nl)



Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via [www.rijnstate.nl](http://www.rijnstate.nl) uw afspraak maken.

Rijnstate,  
uw ziekenhuis in de  
regio Arnhem, Rheden  
en De Liemers.

 @rijnstate

 [facebook.com/rijnstate](https://facebook.com/rijnstate)

**Rijnstate**

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E [info@rijnstate.nl](mailto:info@rijnstate.nl)

[www.rijnstate.nl](http://www.rijnstate.nl)