



Diabetische voetwond



U heeft een diabetische voetwond. Dit is een wond op uw voet. Dit kan ontstaan bij sommige mensen met diabetes (suikerziekte). Hier leest u meer over wat dit is, wat de oorzaken zijn, hoe we het onderzoeken en hoe we het behandelen.

Over een diabetische voetwond

Wanneer u lange tijd diabetes hebt, kan het zijn dat u een diabetische voetwond krijgt. Dit komt doordat diabetes kan zorgen voor:

- Een andere vorm van uw voet of tenen. Schoenen zitten daardoor niet meer goed en u krijgt drukplekken. Deze druk kan voor wonden zorgen.
- Veel eelt op een plek op de voet waar veel druk op staat. Bijvoorbeeld op de tenen, zijkant van de voet, onderaan de voet en de hiel. Eelt is hard en kan druk geven of scheuren. Dan ontstaan er wondjes.
- Een droge huid. Dit zorgt dat eelt nog harder is. Daardoor scheurt het eelt sneller, en ontstaan wondjes.
- Minder gevoel in de voet. Dat komt doordat diabetes de zenuwen beschadigt. Als u dan wondjes krijgt, voelt u die u niet. Wondjes kunnen dan ongemerkt groter worden of infecteren.
- Minder bloed in uw voet en tenen. Dit komt door verkalking in de slagaders. Daardoor zijn de slagaders smaller en kan er minder bloed doorheen stromen.

Een diabetische voetwond geneest minder snel dan normaal.

Onderzoeken

Om de oorzaak van uw wond te vinden, krijgt u een aantal onderzoeken. Het kan zijn dat u deze al gehad heeft.

- Röntgenfoto. Daarmee kunnen we zien of u een ontsteking in uw bot hebt.
- Vaatonderzoek. Hiermee kijken we met bloeddrukmeters of het bloed goed door uw slagaders stroomt.
- We nemen bloed af bij u. We kijken of u een ontsteking heeft in uw bloed. We meten ook uw suikerwaarde en cholesterol, en hoe goed uw nieren werken.

Blijkt uit het vaatonderzoek dat de bloedvaten in uw been erg nauw zijn? Dan kan dat zorgen dat wonden op uw voet slecht genezen. We doen dan verder onderzoek. U komt een andere dag terug naar het ziekenhuis voor deze onderzoeken:

- Duplex onderzoek: We onderzoeken hoe snel uw bloed stroomt. Dan kunnen we zien waar uw bloedvaten erg nauw zijn. Dit doen we met een echo en een doppler (een apparaatje met geluidsgolven).
- CT-scan: We onderzoeken de slagaders in uw been. Dit doen we met een CT-scan. Bij die scan krijgt u contrastvloeistof via een infuus. Met die vloeistof kunnen we precies zien op de scan hoe uw bloed door uw aderen stroomt.

Behandeling

Tijdens uw eerste afspraak op de polikliniek ziet u verschillende zorgverleners. We doen de volgende dingen:

Wond bekijken

We bekijken hoe de wond eruit ziet. Is de wond schoon, vies, vochtig of droog? Zijn er tekenen



van een infectie? Hoe diep is de wond? Zo bepalen we hoe we de wond het beste kunnen behandelen.

Wond behandelen

We maken de wond en de huid rond de wond schoon. Als het mogelijk is, behandelen we de oorzaak van de wond. Bijvoorbeeld eelt, een (schimmel)infectie of ingegroeide nagels.

Instructies voor thuis

We leggen u uit hoe u uw wond thuis moet behandelen en geven u instructies mee. We vertellen welk wondverband u nodig heeft en hoe vaak u de wond moet schoonmaken. Met het juiste wondverband en schoonmaken van de wond voorkomt u infecties.

Als het nodig is, vragen we thuiszorg voor u aan. Of we geven u instructies mee om zelf thuiszorg aan te vragen.

Medicijnen

Is uw wond ontstoken? Dan is het soms nodig om u met medicijnen te behandelen.

Biops afnemen

Is uw wond ontstoken? Dan nemen we een klein stukje van de wond af. Dat heet een biops. We onderzoeken welke bacteriën de ontsteking veroorzaken. De uitslag van dit onderzoek is er na een aantal dagen. Met de uitslag bepalen we welke medicijnen u nodig heeft.

Schoenen

Om de druk op de wond minder te maken, kan het nodig zijn dat u tijdelijk andere schoenen draagt. Het is belangrijk om de druk minder te maken, omdat druk ervoor zorgt dat de wond minder snel geneest. Het kan ook zijn dat we u doorverwijzen om schoenen op maat te laten maken. Of een tijdelijke gipsschoen.

Gips

Zit uw wond aan de onderkant van uw voet? Dan is het belangrijk dat daar geen druk op staat. De wond geneest dan sneller en beter. U krijgt daarom gips om uw voet en onderbeen. Dit draagt u tot de wond genezen is. We vervangen het gips elke week.

Compressie

Wanneer er veel vocht in uw benen zit, is het soms nodig om druk (compressie) van buitenaf te geven. Afhankelijk van uw situatie kan dit bijvoorbeeld met zwachtels of een kous.

Zelf thuis uw wond behandelen

U behandelt thuis zelf uw wond:

1. Maak de wond schoon met kraanwater. Doe dit met lauw water. Dit kunt u onder de douche doen. Of gebruik een andere, zachte straal.



2. Dep de wond droog met een schoon gaasje.
3. Dep de voet droog met een schone handdoek.
4. Droog ook de huid tussen de tenen goed af.
5. Doe nieuw verband op de wond.
6. Zorg dat het verband niet kan schuiven.

U hoort van ons welk verband u nodig heeft en hoe vaak u de wond moet verzorgen. Soms passen uw schoenen niet meer door het verband. Dan kan het zijn dat u tijdelijk andere schoenen moet dragen.

Advies voor thuis

U kunt de wond sneller laten genezen als u:

1. Niet rookt.
2. Voeding met veel eiwitten eet, zoals kwark of yoghurt.
3. De huid rond de wond goed schoon houdt. Zorg daarom dat u altijd verband om de wond draagt.
4. Onze instructies goed opvolgt.

Zit de wond aan de onderkant van uw voet? Loop dan zo min mogelijk. Zo komt er geen druk op de wond.

Controle

Tijdens de behandeling komt u regelmatig op de polikliniek voor controle. Tijdens deze controles kijken we of de wond goed geneest. Ook kijken we of verder onderzoek nodig is.

Extra behandeling

Het kan zijn dat u een extra behandeling nodig heeft. Dit hangt af van uw wond en de uitslagen van de onderzoeken.

Ontsteking van het bot

Is uw bot ontstoken? Dan kunnen we u op 3 manieren behandelen:

- Een operatie waarbij we het ontstoken bot weghalen. Als dit kan, heeft dit onze voorkeur.
- Een operatie waarbij we een teen of een deel van uw voet amputeren.
- Met antibiotica. Dit zijn medicijnen die de ontsteking tegengaan. De eerste 2 weken krijgt u dit thuis via een infuus. Daarna krijgt u nog 4 weken pillen. Is de infectie heel ernstig? Dan wordt u een tijdje in het ziekenhuis opgenomen.

Behandeling (slag)aders

Zijn uw (slag)aders verkalkt? En stroomt er daardoor weinig bloed naar uw voet? Dat zorgt dat de wond minder snel geneest. We behandelen u om te zorgen dat de slagaders weer minder nauw worden. Via [deze link](#) leest u meer over problemen met slagaders in de benen.

- We kunnen u op verschillende manieren behandelen. Bijvoorbeeld met [een dotteroperatie](#), [een stent](#), [een operatie aan de liesslagader](#) of [een bypassoperatie](#).
- Laten uw aderen het bloed niet goed terugstromen? Dan verwijzen we u door naar een



dermatoloog.

Uw arts bespreekt de opties met u.

Nieuwe wonden voorkomen

Zo zorgt u zelf dat u geen nieuwe voetwonden krijgt:

- Volg de adviezen van uw behandelaar op.
- Rook niet. Roken zorgt dat uw wond minder goed geneest.
- Eet gezond en eet voeding met veel eiwitten.
- Controleer elke dag met een spiegel of er wondjes of overmatig eelt onder uw voet zitten.
- Was en droog uw voeten elke dag goed, met warm (niet heet) water.
- Gebruik geen voetenbadjes, ook geen sodabadjes.
- Gebruik geen kruiken om uw voeten te warmen.
- Draag op maat gemaakte schoenen. Ook in huis.
- Draag altijd sokken in uw schoenen. Het liefst sokken zonder naden, of met de naden naar buiten.
- Controleer of er scherpe dingen in uw schoenen zitten, voordat u ze aantrekt.
- Zorg dat uw bloedsuiker zoveel mogelijk gelijk blijft.

Podotherapeut

Ga naar een podotherapeut. Een podotherapeut is gespecialiseerd in problemen met de voet. Hij of zij onderzoekt en behandelt uw voeten. Ook geeft de therapeut uitleg en advies over hoe u uw voeten goed kunt verzorgen en welke schoenen u het beste kunt dragen.

Vraag uw diabetes-arts of degene die uw diabetes behandelt voor een verwijzing.

Medisch pedicure

Ga regelmatig naar een medisch pedicure. Een medisch pedicure behandelt uw voeten. Bijvoorbeeld door eelt te verwijderen. Zo zorgt u dat u geen wondjes krijgt.

Voor een medisch pedicure heeft u een verwijzing nodig van de podotherapeut. Dan wordt de pedicure vergoed door uw zorgverzekering.

Wanneer contact opnemen?

Heeft u een of meer van de volgende klachten? **Neem dan contact op** met de huisarts of het hart- en vaatcentrum (zie 'Contact' onderaan).

- Uw teen, voet en/of onderbeen wordt rood.
- U krijgt verhoging of koorts.
- U heeft koude rillingen.
- Uw voet voelt opvallend warm of koud aan.
- Uw pijn wordt erger.
- Uw voet wordt dik.
- Er komt plotseling pus uit uw wond.
- U voelt zich niet lekker of ziek.



- Uw gips of schoen knelt of zit te ruim.

Contact

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met de diabetische voetpolikliniek. Dit doet u door naar het Hart- en vaatcentrum te bellen.

- Hart- en vaatcentrum, bereikbaar tussen 08.00 uur en 17.00 uur: (010) 704 05 63

Neem buiten kantooruren contact op met uw huisarts of de huisartsenpost.



