Das diabetische Fußsyndrom

Wunderwerk Fuß

Der menschliche Fuß ist eine Meisterleistung der Natur. Er besteht aus 26 Knochen, 33 Gelenken und über 100 Bändern.

Unsere Füße tragen unser gesamtes Körpergewicht und halten uns auch bei unebenem Boden im Gleichgewicht. Ihr dichtes Netz aus Nervenzellen teilt unserem Gehirn mit, auf welchem Untergrund wir uns bewegen, ob dieser heiß, kalt, nass oder trocken ist und vieles mehr. Sie sind also besonders auf Gefühl und Durchblutung angewiesen.

Kein anderer Teil unseres Körpers wird im Laufe des Lebens ähnlich stark belastet und gebraucht. Bei Diabetikern ist das Gefühl der Füße für Wärme, Kälte, Druck oder Schmerzen oft herabgesetzt oder gar nicht vorhanden.

Das heißt, Sie, als Betroffener, könnten sich am Fuß verletzen, ohne es zu bemerken. Deshalb müssen Sie besonders gut auf Ihre Füße auf aufpassen.

Gründe für das Entstehen des Diabetischen Fußsyndroms

Menschen, die seit langer Zeit an Diabetes leiden, laufen Gefahr, ein Diabetisches Fußsyndrom (DFS) zu entwickeln. Dafür gibt es zwei Gründe:

1. Nervenstörungen

Durch den hohen Blutzucker können die Nerven in den Füßen geschädigt werden. Die Füße werden unempfindlich gegen Schmerzen. Die Betroffenen nehmen Druckstellen oder Verletzungen kaum noch wahr und gehen oft nicht zum Arzt, weil der ‚Leidensdruck' fehlt.

Folgende Anzeichen weisen auf die Störung der Nerven hin:

- Sie können Temperaturen oder Schmerzen nicht oder nur minimal wahrnehmen
- Ihre Füße fühlen sich taub an oder kribbeln („Ameisenstiche")
- Sie empfinden Ihre Füße als kalt, können aber mit der Hand spüren, dass diese warm sind
- Ihre Füße schmerzen, wenn Sie sie nicht belasten, vor allen Dingen nachts beim Liegen
- die Haut an ihren Füßen ist trocken und rissig
- an Knochenvorsprüngen Ihrer Füßen bilden sich Schwielen

2. Durchblutungsstörungen

Copyright © 2024 CID GmbH. Alle Rechte vorbehalten.

Bei Menschen mit Diabetes verengen sich die blutführenden Gefäße (Arterien) im Bein oder auch im

Becken. Das Blut kann nicht mehr richtig fließen und so wird das Gewebe nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt. Die Haut verändert sich, die Füße fühlen sich kalt an und Wunden heilen schlecht. Anzeichen dafür sind:

- schmerzende Waden beim Gehen
- blassrosa oder bläulich verfärbte Haut
- generell kühle Haut am Bein
- der Pulsschlag lässt sich am Fuß nicht ertasten
- offene Wunden

Bin ich betroffen?

Nicht jeder Diabetiker muss befürchten, dass seine Beine von einer unbemerkten Gefahr bedroht sind. Eine Gefahr besteht nur, wenn das Schmerzempfinden reduziert ist. Ist das der Fall, können Durchblutungsstörungen und beginnende Schäden an Haut oder Gelenken unbemerkt bleiben. Ihr Hausarzt untersucht die Empfindungen Ihrer Füße mindestens 1x / Jahr und trägt das Ergebnis in den Gesundheitspass Diabetes ein. Es werden dabei verschiedene Methoden verwendet, z.B. der Stimmgabeltest, ein Monofilament, Untersuchungen der Reflexe, die Unterscheidung von spitz und stumpf oder von warm und kalt. Wenn Ihnen nicht klar ist, ob das Empfinden bei Ihnen normal oder gestört ist, fragen Sie Ihren Hausarzt.

Die folgenden Empfehlungen sind für Menschen mit abgeschwächtem Empfinden an den Füßen gedacht.

Folgen des Diabetischen Fußsyndroms (DFS)

Nicht nur spitze Gegenstände führen zu Wunden am Fuß. Schlecht sitzende Schuhe drücken auf bestimmte Bereiche des Fußes und führen zu Bildung von Schwielen oder Hühneraugen. Wird das nicht behandelt, kann die Haut an diesen Stellen einreißen. So bildet sich ein Geschwür. Unbehandelt kann es zur Infektion der unteren Hautschichten kommen und ein Loch im Knochen verursachen. Die Infektion kann weiter fortschreiten und so weite Teile des Fußes zerstören, dass der Fuß amputiert werden muss, um das Leben des Betroffenen zu retten.

Da bei Diabetikern mit Nervenschädigung die Füße gefühllos sind, schmerzen die Geschwüre oft nicht und die Gefahr wird nicht erkannt.

Manchmal spüren Diabetiker auch nicht, wenn sie sich den Fuß verstaucht oder gebrochen haben. Sie schonen sich nicht und der Fuß wird deformiert. Das Krankheitsbild des „Charcot-Fußes“ entsteht.

In Deutschland führte das Diabetische Fußsyndrom (DFS) im Jahr 2002 zu 30.000 Amputationen, 13.000 davon oberhalb des Knöchels. Jeder zweite Patient kann danach nicht mehr selbstständig gehen. Aber auch die sehr langen Heilungszeiten und die häufig notwendigen Aufenthalte im Krankenhaus machen vielen Patienten zu schaffen.

Ein gut organisiertes Netzwerk von Spezialisten verringert deutlich das Risiko einer Amputation oberhalb des Knöchels auf 2,5%. In der Regelversorgung ist die Häufigkeit 2 bis 4 mal so hoch.

Copyright © 2024 CID GmbH. Alle Rechte vorbehalten.