

Bei etwa einem Viertel der an Diabetis mellitus erkrankten Patienten kommt es zum sogenannten „**Diabetischen Fußsyndrom**“ (DFS).

Langfristig erhöhte Blutzuckerwerte führen zur Schädigung der Nerven und/oder Gefäße. Bei verzögerter oder unzureichender Therapie steigt das **Risiko einer Amputation**. In Deutschland werden jährlich 60.000 Amputationen durchgeführt, davon sind ca. 40.000 Folge des Diabetes. Häufig sind zusätzlich Nachamputationen oder die Amputation der Gegenseite notwendig, was die Patienten in Mobilität und Selbstständigkeit stark einschränkt.

80% dieser Amputationen sind vermeidbar! Voraussetzungen dafür sind die optimale Blutzucker- und Stoffwechseleinstellung, Verbesserung der Durchblutungssituation, Druckentlastung durch optimales Schuhwerk und **frühzeitige Behandlung kleinster Fußverletzungen** oder Einrisse der Hornhaut.

Unser enges Netzwerk an ärztlichen und nicht-ärztlichen Spezialisten garantiert die **bestmögliche Therapie!** Unser multiprofessionelles und interdisziplinäres Team besteht aus Diabetologen, Dermatologen, Gefäßchirurgen, Orthopäden und plastischen Chirurgen, die sich zusammen mit Diabetesberatern, Orthopädietechnikern, -schuhmachern, Pflegediensten, Podologen und Wundexperten um die Verbesserung der Lebensqualität des Patienten und die **Verhinderung von Amputationen** kümmern.

So erreichen Sie uns

Diabetologische Fußambulanz

Erdgeschoss Gebäudeteil B2
 Behandlungszeiten:
 Mo - Fr: 8:30 - 14:00 Uhr

**Terminvereinbarung
 (ambulante Behandlung)**

Leitstelle:
 Mo - Do: 8:00 - 16:00 Uhr
 Fr: 8:00 - 13:00 Uhr
 Telefon: 0941 944-7010
 Fax: 0941 944-7073

**Terminvereinbarung
 (stationäre Aufnahme)**

Case Management Station 14/15
 Telefon: 0941 944-7128

Universitätsklinikum Regensburg (AöR)
 Franz-Josef-Strauß-Allee 11
 93053 Regensburg

Stand: September 2017
 Fotos: UKR, fotolia

SPITZE IN DER MEDIZIN.
 MENSCHLICH IN DER BEGEGNUNG.



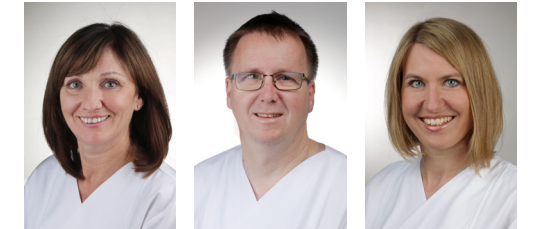
Interdisziplinäre diabetologische Fußambulanz

**ALS DIABETIKER
 GUT ZU FUSS**

Informationen für Patienten und Angehörige



Ärztliche und pflegerische Leitung



Tatjana Barski, Gerrit Rimroth, Martina Schraml
 Pflegeteam der diabetologischen Fußambulanz



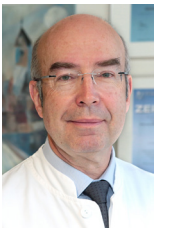
Dr. med. Melanie Kandulski
 Ärztliche Leitung der
 diabetologischen Fußambulanz,
 Fachärztin für Innere Medizin,
 Diabetologin



Prof. Dr. med. Martina Müller-Schilling
 Direktorin der Klinik und
 Poliklinik für Innere Medizin I



Prof. Dr. med. Mark Berneburg
 Direktor der Klinik und Poliklinik
 für Dermatologie



Prof. Dr. med. Michael Nerlich
 Direktor der Klinik und Poliklinik
 für Unfallchirurgie



Prof. Dr. med. Karin Pfister
 Leiterin der Abteilung für
 Gefäßchirurgie



Prof. Dr. med. Lukas Prantl
 Leiter der Abteilung für
 Plastische, Hand- und
 Wiederherstellungschirurgie

Die „TOP 10“ zur Vorbeugung eines diabetischen Fußsyndroms

1. Kontrollieren Sie täglich Füße und Schuhe

Kleine Fremdkörper in den Schuhen oder ein defektes Innenfutter können Druckstellen oder Verletzungen an den Füßen verursachen.



2. Waschen Sie Ihre Füße täglich mit körperwarmen Wasser (ca. 37°C)

Verwenden Sie zur Kontrolle am besten ein Badethermometer.

3. Trocknen Sie Ihre Füße nach der Reinigung gut ab

Achten Sie besonders auf die Zehenzwischenräume, dort siedelt sich beim Diabetiker schnell Fußpilz an.



4. Cremem Sie Ihre Füße täglich ein

Verwenden Sie Diabetiker-geeignete Pflegeprodukte mit 5% Urea. Ausnahme: trockene und zu Rissen neigende Hornhautschwielen (Fersenbereich). Dort sollten Pflegeprodukte mit 10% Urea zum Einsatz kommen. Der Urea-Anteil sollte 10% nicht überschreiten.

5. Pflegen Sie regelmäßig Nägel und Hornhaut

Verwenden Sie keine scharfen Gegenstände (nur Nagelfeile/Bimsstein)! Als Diabetiker haben Sie einen Anspruch auf regelmäßige medizinische Fußpflege („podologische Komplexbehandlung“). Ihre Krankenkasse übernimmt dabei einen Großteil der Behandlungskosten.



6. Halten Sie Ihre Füße warm

Aufgrund der Störung Ihrer Temperaturwahrnehmung sollten Sie dabei aber Wärmflaschen und Heizgeräte meiden.

7. Tragen Sie helle Baumwollstrümpfe

Diese sind – im Gegensatz zu Nylonprodukten – atmungsaktiv und haben den

Vorteil, dass Verunreinigungen durch Wundexsudat oder Blut sofort sichtbar sind. Wechseln Sie täglich Ihre Strümpfe!

8. Fußgymnastik

Das Kreisen der Fußgelenke und Greifübungen mit den Zehen fördern die Durchblutung, kräftigen die Fußmuskulatur und reduzieren Weichteilschwellungen. Damit beugen Sie aktiv neuen Fußwunden vor.



9. Achten Sie auf passendes Schuhwerk

Ihre Schuhe sollten ausreichend groß, bequem, geschlossen, mit fester Sohle und aus weichem Material gefertigt sein. Vermeiden Sie stets das Barfußlaufen – auch in den Schuhen. Neue Schuhe sollten immer vorsichtig eingelaufen werden.

10. Ernähren Sie sich gesund

Insbesondere durch eiweiß- und vitaminreiche Ernährung können Sie die Wundheilung beschleunigen und somit neuen Fußwunden vorbeugen.

JEDE Fußwunde ist ein Notfall!

1. **Desinfizieren** Sie die Wunde mit einer geeigneten Wundspüllösung!
2. **Baden** Sie die Wunde nicht und **manipulieren** Sie nicht eigenhändig an der Wunde!
3. **Schützen** Sie die Wunde **SOFORT** mit einem Pflaster oder Verband!
4. **Vermeiden** Sie jeglichen Druck (z.B. durch unpassendes Schuhwerk) auf die Wunde!
5. Suchen Sie **immer** einen **Arzt** auf und lassen Sie Ihre Wunde **medizinisch behandeln!**

Menschen mit Diabetes mellitus leiden unter Sensibilitätsstörungen und nehmen ihre Füße nicht mehr richtig wahr. Sie vernachlässigen deshalb oft unbewusst die Pflege ihrer Füße!

Angehörige sollten deshalb aktiv an der Vorsorge teilnehmen!