



Diyabetik ayakta nasır tedavisi ve önleme

İ.Ü Cerrahpaşa Tıp Fakültesi İç Hastalıkları ABD
Endokrinoloji, Diyabet ve Metabolizma

Uzm.Hem.Alev Kahraman

Ayak muayenesi

- Öykü (**önceki ülser,amputasyon,nöropatik yakınmalar**)
- Cilt değerlendirmesi
- Renk kontrolü(**normal,kızarıklık,soluk,siyanoze**)
- Isı kontrolü(**normal,sıcak,soğuk**)
- Ödem, deformite kontrolü(**çekiç parmak,halluxvalgus**)
- Tırnakların kontrolü(**düz,yuvarlak**)
- Nabızların **kontrolü(zayıf,alınamıyor)**

Diyabetik ayak değerlendirme formu

DİYABET HEMŞİRELİĞİ DERNEĞİ												
DİYABETİK AYAK DEĞERLENDİRME FORMU												
ADI-SOYADI:					TARİH:							
PARMAK UÇLARI	Sag		Sol		Sag		Sol		Sag		Sol	
	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Var	<input type="checkbox"/>	Yok
	<input type="checkbox"/>	Sıcak	<input type="checkbox"/>	Sıcak	<input type="checkbox"/>	Kuru	<input type="checkbox"/>	Kuru	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Soguk	<input type="checkbox"/>	Soguk	<input type="checkbox"/>	Terli	<input type="checkbox"/>	Terli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
AYAK GÖVDESİ	Sag		Sol		Sag		Sol		Sag		Sol	
	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Var	<input type="checkbox"/>	Yok
	<input type="checkbox"/>	Sıcak	<input type="checkbox"/>	Sıcak	<input type="checkbox"/>	Kuru	<input type="checkbox"/>	Kuru	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Soguk	<input type="checkbox"/>	Soguk	<input type="checkbox"/>	Terli	<input type="checkbox"/>	Terli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
BACAK	Sag		Sol		Sag		Sol		Sag		Sol	
	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Var	<input type="checkbox"/>	Yok
	<input type="checkbox"/>	Sıcak	<input type="checkbox"/>	Sıcak	<input type="checkbox"/>	Kuru	<input type="checkbox"/>	Kuru	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Soguk	<input type="checkbox"/>	Soguk	<input type="checkbox"/>	Terli	<input type="checkbox"/>	Terli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RENK				NABIZLAR								
Sag		Sol		Dorsalis Pedis				Tibialis Posterior				
<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	Sag		Sol		Sag		Sol		
<input type="checkbox"/>	Kızamık	<input type="checkbox"/>	Kızamık	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	<input type="checkbox"/>	Normal	
<input type="checkbox"/>	Soluk	<input type="checkbox"/>	Soluk	<input type="checkbox"/>	Zayıf	<input type="checkbox"/>	Zayıf	<input type="checkbox"/>	Zayıf	<input type="checkbox"/>	Zayıf	
<input type="checkbox"/>	Siyanoze	<input type="checkbox"/>	Siyanoze	<input type="checkbox"/>	Alınamıyor	<input type="checkbox"/>	Alınamıyor	<input type="checkbox"/>	Alınamıyor	<input type="checkbox"/>	Alınamıyor	
Bilek/Kol İndeksi:												
TIRNAK KESİMİ			PARMAK ARALARI MUAYENESİ				PENÇE PARMAK					
1 <input type="checkbox"/>	Düz	1 <input type="checkbox"/>	Normal	1 <input type="checkbox"/>	Var	1 <input type="checkbox"/>	Var	1 <input type="checkbox"/>	Var	1 <input type="checkbox"/>	Var	
2 <input type="checkbox"/>	Yuvarlak	2 <input type="checkbox"/>	Masere	2 <input type="checkbox"/>	Yok	2 <input type="checkbox"/>	Yok	2 <input type="checkbox"/>	Yok	2 <input type="checkbox"/>	Yok	
3 <input type="checkbox"/>	Diğer	3 <input type="checkbox"/>	Fungus	3 <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/>		
		4 <input type="checkbox"/>	Enfeksiyon	4 <input type="checkbox"/>		4 <input type="checkbox"/>		4 <input type="checkbox"/>		4 <input type="checkbox"/>		
DUYU TESTİ KODLAMA: ✓ Duyuyor X Duymuyor ▨ Çatlak ● Nasır ○ Açık Ülser A Amputasyon												

KAS GÜCÜ

Sağ		Sol	KODLAMA
<input type="checkbox"/>	Dorsifleksiyon-Tibialis Anterior / Peroneal	<input type="checkbox"/>	5- Kasın hareketi (KH) tam + direnci (D) tam
<input type="checkbox"/>	Başparmak Extn-ExtHalLongus / Peroneal	<input type="checkbox"/>	4- KH tam + D zayıf
<input type="checkbox"/>	Başparmak Flexionu-FlexHalLongus / Tibial	<input type="checkbox"/>	3- KH tam + D yok
<input type="checkbox"/>	Inversion Tibialis Post / Tibial	<input type="checkbox"/>	2- KH azalmış
<input type="checkbox"/>	Eversion PerLongus / SupPeroneal	<input type="checkbox"/>	1- Kasta kasılma var
<input type="checkbox"/>	Plantar Flexion-Gastro / Soleus / Tibial	<input type="checkbox"/>	0- Felç
<input type="checkbox"/>	Abdüksiyon	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	Addüksiyon	<input type="checkbox"/>	

DEFORMİTELER

Sağ		Sol
<input type="checkbox"/>	1 Çekiç / Pençe parmak	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	2 Kemik çıkıntısı	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	3 Hallux limitus	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	4 Hallux vagus	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	5 Equinus	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	6 Düşük ayak	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	7 Kısmi amputasyon	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	8 Tam amputasyon	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	9 CHARCOT deformitesi	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	10 Diğer	<input type="checkbox"/>

AYAKKABI

1 Şu an giydiği ayakkabı, tanımlayınız:

- 2 Gerekli olan ayakkabı: 1 Ekstra derinlikli MCR tabanlıkl
2 Alçı kalıp üzerine ortopedik plastazot tabanlıkl
3 Ortez destekli ortopedik ayakkabı
4 MCR sandalet
5 Plastozot sandalet
6 Diğer:
7 Koruyucu ayakkabı gerekli değil

RİSK KATEGORİSİ

	TAKİP
Duyu kaybı yok	0 (Yılda bir)
Duyu kaybı var	1 (Altı ayda bir)
Duyu kaybı+ülser var	2 (Üç ayda bir)
Duyu kaybı+ülser+deformite	3 (Ayda bir)
CHARCOT deformitesi	4 (Ayda bir)

Değerlendiren:

PLAN

- 1 Hasta eğitimi
- 2 X-Ray
- 3 Yara bakımı
- 4 Koruyucu ayakkabı
- 5 Konsültasyonlar;
 - 1 Dahiliye
 - 2 Cerrahi
 - 3 Cildiye
 - 4 Fizik tedavi
 - 5 Ortopedi
 - 6 Diğer

AYAK ÜLSERLERİ

- Ülserler, bası ülseri, travmatik ülser, vasküler patoloji olarak değerlendirilir.
- Hastanın ayağında **ülser** varsa, hangi nedenle ve ne zamandan beri olduğu öğrenilip mutlaka kaydedilmelidir.
- Ülserin yeri ve büyüklüğü muayene formuna işaretlenmelidir.
- Ülser çapının ölçülmesi yara iyileşmesini değerlendirmeyi kolaylaştırır

ÜLSERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

- **Oluş sebebi** travma, iskemi
- **Ülserin tipi** nöropatik,nöroiskemik,iskemik
- **Ülserin derinliği** yüzeysel,derin
- **Ülserin sınıfı** Wagner 1,2,3,4
- **Enfeksiyon varlığı** yüzeysel derin,osteomyelit Ülserin yeri üstüne basılıyor mu?
- **Metabolik kontrolün durumu??**

İZLEM PLANI

RİSK KATEGORİSİ	TANI	KONTROL SIKLIĞI
0	Duyu kaybı yok	Yılda bir
1	Duyu kaybı var	6 ayda bir
2	Duyu kaybı+ ülser var	3 ayda bir
3	Duyu kaybı+ ülser+ deformite	Ayda bir
4	Charkot deformitesi	Ayda bir

PLAN

Hasta eğitimi

Yara bakımı /ayak bakımı

Koruyucu ayakkabı

Diyabetik ayak konseyi

1.Dahiliye

2.Cerrahi

3.Enfeksiyon

4.Fizik tedavi

5.Ortopedi

6.Diğer



EĞİTİM

Diyabetli kişiler nasıl bir ayak bakımı eğitimi almalıdırlar?

Ayak bakımı eğitimi

Düşük risk

Basit öneriler

Yıllık ayak değerlendirmesi

Yüksek risk

Yoğun eğitim

Uygulamalı ayak bakımı eğitimi

Önleme odaklı yaklaşım



Ayak bakımı eğitimi

İki ayağında da duyu kaybı olmayan ve normal kan akışı olan kişiler düşük riskli kişilerdir.

Bu kişiler basit önerilere gereksinim duyar **Yıllık Ayak** değerlendirmesi gerekir.

Yüksek riskli kişilerde duylarda azalma ve bazı noktalarda **yara veya periferik damar hastalığı** bulunmaktadır

Bu kişilerin Uygulamalı yoğun bir ayak bakımı eğitimine gereksinimi vardır

Çıplak ayak ile gezen herkes uyarılmalıdır ve ayaklarını her gün yıkamaları ve incelemeleri öğretilmelidir.



Günlük bakım

Ayaklar uzun süre suda bekletilmemeli

Su sıcaklığı kontrol edilmeli

Ayak parmağı araları yıkandıktan sonra iyice kurulanmalı

Ayaklar yeterli ışıktaki incelenmeli

Hastalar, ayaklarını her gün yıkamayı, ayaklarına dokunmayı ve bakmayı öğrenmelidirler



Günlük bakım

- Ayaklar açık renkli bir havlu ile silinmeli
- Kan veya irin havlu üzerinde gözükecektir
- Ayakların her tarafı incelenmeli
- Her ayak tırnağının keskin ucu olup olmadığı kontrol edilmeli - bunlar komşu ayak parmaklarını kesip yaralanmaya neden olabilir



DIKKAT



9/25/24





BİZ SAĞLIK BAKIM PROFESYONELLERİ

Böyle ayaklarla karşılaştığımızda neler yapabiliriz???????

ÜLSER ve NASIR TEDAVİSİNDE



Koltuk değneği
Total temas
alçısı
Özel ayakkabı



ÖZEL AYAKKABI İÇİNE ÖZEL TABANLIK YAPILMALIDIR



Diyabetik ayak bakım ünitemiz



Yardımcı olabildiklerimiz



ÖNCESİ



BAKIM



SONRASI

Yardımcı olabildiklerimiz



Yardımcı olabildiklerimiz



BAKIM ÖNCESİ

Bir uygulama sonrası topuklar





**82 yaşında sağ ayak
5.parmak ampute(10 yıl
önce) yoğun insülin tedavisi
alıyor huzurevinde yaşıyor
uygun ayakkabı kullanıyor
!!!!!!!!!!!!**





**POLİKLİNİĞE BAŞVURMA SEBEBİ
İKİNCİ PARMAKTA YARA**



İşlem sonrası













2019 bası yarası tedavisi ve takibi 4 ay sürdü



08.05.2024 yeni bası yaramız



Nasırın etrafı temizlendi uygun pansuman ve ayak nemlendirmesi yapıldı takipte 08.05.2024





Ayak Bakımında Anahtar Mesajlar

Diyabetli herkes eğitilmelidir

Ayak taraması sıklığı risk derecesine göre belirlenmelidir

Yılda en az bir kere ayak taraması yapılmalıdır

Yaraların en yaygın sebebi ayakkabılardır her hastanın ayakkabısı mutlaka kontrol edilmelidir

Sorunlar erken teşhis edilmeli ve derhal tedavi edilmelidir

Sağlık profesyonelleri diyabetik ayak bakımı konusunda eğitilmelidir.

Unutmayalım !!!!!!!!

Takip ve izlemek en ucuz tedavidir



Bütün diyabetli bireylerin ayaklarını böyle sağlıklı ve temiz görmek dileğiyle