

# IV. ULUSAL DİYABETİK AYAK İNFEKSİYONLARI SİMPOZYUMU

5-7 MAYIS 2016  
HİLTON İSTANBUL KOZYATAĞI



ULUSAL DİYABETİK AYAK  
İNFEKSİYONLARI SİMPOZYUMU



TÜRK KLİNİK MİKROBİYOLOJİ VE  
İNFEKSİYON HASTALIKLARI DERNEĞİ

# **Diyabetik Ayak İnfeksiyonu Gelişiminin Önlenmesi Hastanede Nasıl Olmalı?**

**Yard. Doç. Dr. Selda Çelik  
Sağlık Bilimleri Üniversitesi  
Hemşirelik Fakültesi**

Diyabetik ayak problemi önlenabilir komplikasyonlardandır.

Tanıdan itibaren *düzenli izleme* ve *diyabetlinin eğitilerek koruyucu davranışların kazandırılması* önemlidir.

Diyabetli bireylerin hayatları süresince amputasyon geçirme riski % 5-15'dir.

Risk faktörleri azaltıldığı ve uygun ayak bakımı eğitimi uygulandığı takdirde bu amputasyonların **% 50'ye** varan oranlarda azaltılabildiği bildirilmiştir.

# **DİYABETİK AYAK RİSK FAKTÖRLERİ**

- Nöropatik ayak
- Periferik damar hastalığı
- Ayak deformitesi
- Enfeksiyon (mantar ya da bakteriyel)
- Ayakta ödem (şişlik)
- Temel ayak bakımı eksikliği

# DİYABETİK AYAK RİSK FAKTÖRLERİ

- Hijyen eksikliği
- Sigara içme
- Aşırı kilo
- 65 yaş ve yukarısı
- Düzensiz kan şekeri kontrolü

# Dermatolojik Değerlendirme

- Cilt durumu: renk, çatlak, kuruluk, kalınlık
- Terleme
- Ödem
- Enfeksiyon: parmak araları mantar enfeksiyonu açısından kontrol edilir
- Ülserasyon

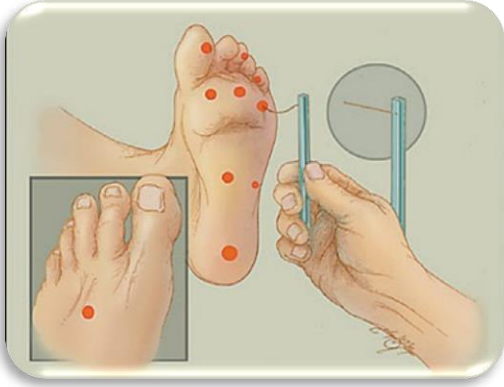
# Kas-iskelet Deęerlendirmesi

- Deformite (örn:pençe parmak), metatars başları, Charcot eklem
- Kas zayıflığı



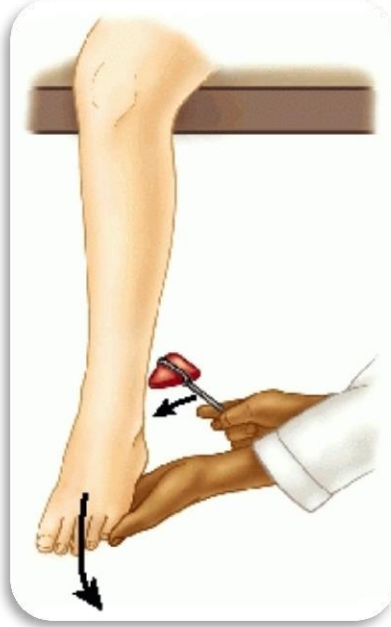


# Diyabetik Nöropatinin Değerlendirilmesi



**Basınç Hissi**

**10 gr Semmes-Weinstein  
monofilamenti**



**Aşil Refleksi**



**Ağrı Testi  
(iğne batması)**



**Vibrasyon Testi  
(128 Hz diapozon)**

**En az 2 test  
uygulanmalı !**



**Vibrasyon Eşiğinin Tespiti  
(Biotesiometre)**

# VASKÜLER DEĞERLENDİRME

## NABIZLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ



dorsalis pedis



tibialis posterior



Doppler - dorsalis pedis

# Günlük Ayak Bakımı



- Ayaklar her gün kontrol edilmeli, ayağın taban ve üst kısmına bakılmalı, eğer alt kısımları rahat görülemiyorsa bir ayna kullanılmalı yada aile bireylerinden yardım istenmelidir.

# Günlük Ayak Bakımı

- Ayak cildinin renginde değişiklik olup olmadığı izlenmeli, ayak cildinin hasarsız ve yumuşak olmasına özen gösterilmelidir.



# Günlük Ayak Bakımı

- Ayaklar yara, çatlak, kabarcık, nasır yönünden kontrol edilmeli, nasırlar için kimyasal maddeler, nasır ilaçları flasterler kullanılmaması, sorun varsa sağlık ekibi ile görüşülmesi söylenmelidir.





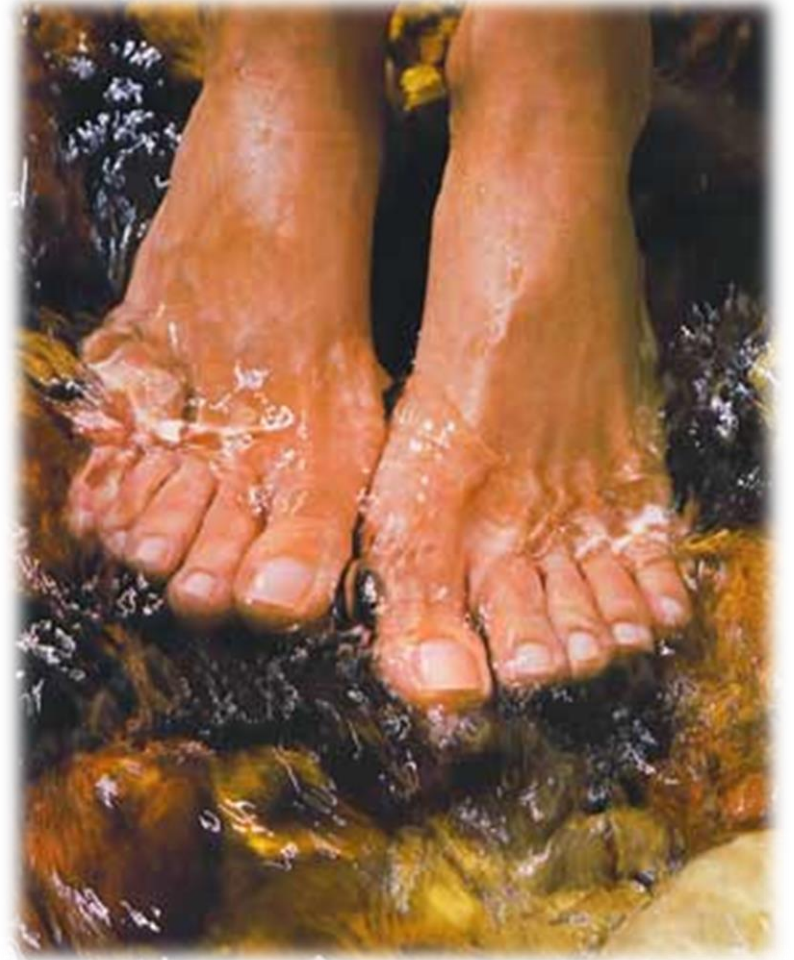
# Günlük Ayak Bakımı

- Ayaktaki kan dolaşımını güçlendirmek için *kan şekeri düzeyinin* normal sınırlarda kalmasına özen gösterilmelidir.



# Ayak Banyosu

- Ayak temizliğine özen gösterilmeli
- Ayaklar her gün ılık suda tahriş etmeyen bir sabunla yıkanarak temizlenmeli
- Uzun süren ayak banyolarından kaçınılmalıdır.



# Ayak Banyosu

- Ayakların yıkandığı suyun sıcaklığı olası yanıkları önlemek için 37°C'yi geçmemelidir.





# Ayak Banyosu

- Ayaklar sabunla temizledikten sonra durulayıp, özellikle parmak araları olmak üzere iyice kurulanmalıdır.



# Ayak Banyosu

- Parmak aralarının iyi kurulanması *mantar enfeksiyonlarının* oluşmasını önler.



# Ayak Banyosu



- Nasırlar ve sertlikler ponza taşıyla inceltilmeli, parmaklarda pençeleşme varsa eklem sertliği oluşmaması için masaj yapılmalıdır.



# Ayak Banyosu



- Yıkama işleminden sonra ayak derisinde kurumaları önlemek için vazelinli merhem veya nötr losyon kullanarak ayak derisi yumuşatılmalıdır.
- Mantar enfeksiyonlarının oluşmasına neden olabileceğinden ayak parmak aralarına losyon sürülmemelidir.



# Ayak Tırnaklarının Bakımı

- Ayak tırnakları mümkün olduğunca düzgün olmalı, tırnaklar düz kesilmeli, tırnak köşeleri derin alınmamalıdır.





# Ayak Tırnaklarının Bakımı

- Tırnakları banyodan sonra yumuşakken düz kesilmeli, etrafında kızarıklık, şişlik olup olmadığını kontrol edilmelidir.





# Ayak Tırnaklarının Bakımı

- Görme problemi olan diyabetikler kendi tırnağını kesinlikle kendisi kesmemeli, yakınlarından yardım almalıdır.







# Ayakkabılar

- Ayak yaralarının büyük bölümünü ayağı uygun ve rahat ayakkabılarla önlenebilmektedir. Ayağı uygun ayakkabılar seçilmeli, ayağı sıkmayan deri veya bez ayakkabılar giyilmelidir.



# Ayakkabılar

- Ayakkabılar ayağı tam kavramalı, ayakkabı genişliği ayak genişliği kadar olmalı, önü sivri, yüksek topuklu ayağı rahatsız edecek ayakkabılar tercih edilmemelidir.





# AYAKKABI UYGUN MU???



# Ayakkabılar

- Yeni ayakkabı alındığında ilk günlerde kısa süreli giyip değiştirilmeli ve ayaklar sürekli kontrol edilmeli, ayakkabı satın almak için öğleden sonraki saatler tercih edilmelidir.
- Parmak aralarına giren terlik yada sandalet tipi ayakkabılar tercih edilmemelidir.



# Öneriler

Diyabetlilerin tercih etmemesi gereken ayakkabı ve terlik örnekleri



# Öneriler

- Çıplak ayakla asla yürümemeli, denizde, kumsalda, hatta evde dahi terlik kullanılmalıdır.
- Ayakların gün boyu lastik ayakkabılar içinde nemli bir ortamda kalmasına izin verilmemelidir.



# Öneriler

- Ayakkabı giymeden ve çıkartıldıktan sonra içi çivi, yabancı cisim ile pürüzlü yüzey ve yırtık açısından her zaman kontrol edilmeli, ayakkabının iç tabanlığı 6 ayda bir değiştirilmelidir.



# Öneriler

- Ayakta şekil bozukluğu varsa (Charcot eklem, çekiç parmak) özel yapım ayakkabılar kullanılmalı ve/veya ayakkabı içleri desteklenmelidir.





# Çoraplar

- Çoraplar pamuklu, yönlü veya koton, olası yara akıntılarını erken fark edebilmek için açık renkli çoraplar tercih edilmeli, sıkı çoraptan kaçınılmalıdır.



# Öneriler - Çoraplar

- Mekanik bası olmaması için yamalı, dikişli,ayağa büyük çoraplar kullanılmamalıdır.
- Çoraplar irritan olmayan deterjanlarla yıkanmalı, iyice durulanmalıdır.
- Her gün değiştirilmelidir.

# Önemli Uyarılar!!!

- Ayakları ısıtmak için sıcak su torbaları, ısıtıcı petler veya diğer ısı kaynakları uygulanmamalıdır.



Parmak  
uçlarının  
kalorifere  
dayanması  
sonucu oluşan  
yanıklar...  
Eğitim şart!!!



# Önemli Uyarılar!!!

Sigara kullanılmamalıdır.



# PROBLEMLERİNİN ERKEN “UYARICI” BELİRTİLERİNİN TANINMASI

- Ayakta kırmızılık, şişlik veya ısı artışı,
- Ayağın büyüklüğünde ve şeklinde değişiklik,
- İstirahat sırasında veya yürürken ayakta ağrı,
- Açık yara, kesik, su toplanması, deride soyulma, iltihaplanma veya iyileşmeyen yara,



# PROBLEMLERİNİN ERKEN “UYARICI” BELİRTİLERİNİN TANINMASI

- Tırnak batması, tırnağın boynuz gibi kalınlaşıp şekil bozukluğu göstermesi,
- Deride kızarıklık, kalınlaşma ve nasırlar, nasır ortasında küçük yuvarlak yara (kuş gözü gibi),
- Deride kuruluk, çatlaklar, yırtılmalar.

# Sonuç olarak ;

- *Düzenli izleme*
- Yüksek riskli hastalarda; *koruyucu önlemler ve eğitim*
- Ayak lezyonları oluştuğunda; *multidisipliner yaklaşım*
- Periferik vasküler hastalıkların *erken tanısı*
- Ülser öyküsü olanların *sürekli izlemi*
- Amputasyonların ve ayak *ülserlerinin kaydı* kapsamlı ve etkin bir ayak bakımını sağlar.

***Teşekkürler...***