

**DAGBOEK
DIABETISCHE
VOET**

Dit dagboek heeft u gekregen op de diabetische voetpoli van het Jeroen Bosch Ziekenhuis.

Neem dit boekje bij ieder bezoek aan het ziekenhuis of de huisarts mee!

Laat de (huis)arts, thuiszorgmedewerker, pedicure, enz. in dit boekje opschrijven welke afspraken ze met u hebben gemaakt over de behandeling van uw voet(en).

Achterin het boekje kunt u vragen opschrijven, die u nog wilt stellen aan een van uw zorgverleners.

DIABETISCHE VOETPOLI

Namen en telefoonnummers

Naam huisarts:	tel.:
Naam praktijkondersteuner:	tel.:
Naam pedicure:	tel.:
Naam podotherapeut	tel.:
Naam orthopedisch schoenmaker:	tel.:
Naam thuiszorg:	tel.:
Jeroen Bosch Ziekenhuis	
Verpleegkundig specialist wondzorg: (bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.30 – 17:00 uur)	tel. 06 10 06 68 59
Polikliniek Vaatchirurgie (bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.30 – 17.00 uur)	tel. (073) 553 86 45
Polikliniek Interne Geneeskunde (Voetenpoli) (bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.45 – 16.45 uur)	tel. (073) 553 30 81
Polikliniek Revalidatiearts:	tel. (073) 553 56 00
Gipskamer:	tel. (073) 553 27 12

Wilt u een afspraak afzeggen of verzetten?

Geeft u dit dan zo snel mogelijk door aan het secretariaat van het Wond Expertise Centrum. Ook met vragen over de afspraak kunt u bij het secretariaat terecht.

Bij uw eerste bezoek aan de Diabetische Voetpoli zijn de volgende zorgverleners aanwezig. Zij stellen in overleg met elkaar vast wat voor u de beste behandeling is:

- internist
- revalidatiearts
- vaatchirurg
- verpleegkundig specialist
- doktersassistent
- podotherapeut (op afroep)
- wondverpleegkundige (op afroep)
- orthopedisch schoenmaker (op afroep)
- gipsverbandmeester (op afroep)

De verpleegkundig specialist is voor u en voor uw huisarts het eerste aanspreekpunt. Zij bekijkt welke afspraken er voor u nodig zijn en zij houdt in de gaten of alles goed verloopt. Zolang uw voetprobleem blijft bestaan, komt u regelmatig voor controle naar het ziekenhuis. Dit kan zijn bij de internist, de vaatchirurg, de revalidatiearts, verpleegkundig specialist., de orthooped of de gipsverbandmeester. Of u kunt een gecombineerde afspraak hebben.

Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis neemt u mee:

- Uw legitimatiebewijs (geldig paspoort, rijbewijs, identiteitskaart of vreemdelingenkaart).
- Uw patiëntenpas van het Jeroen Bosch Ziekenhuis.
- Uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO). Het is voor uw arts belangrijk te weten welke medicijnen u thuis gebruikt. Uw apotheek print uw AMO voor u uit.
- Uw afsprakenkaart met uw patiëntengegevens.

Bij uw eerste afspraak op de Diabetische Voetpoli neemt u ook nog mee:

- Alle schoenen (en eventueel de pantoffels) die u meestal draagt.
- Heeft u een brief gekregen van de huisarts? Neemt u deze dan mee.
- Wordt de wond thuis verzorgd door de (wijk)verpleegkundige of verzorgende, dan is het belangrijk dat zij een overdracht meegeven.

Bij vervolgspraken op de Diabetische Voetpoli neemt u ook nog mee:

- Het eerder voorgeschreven verbandmateriaal.

ORTHOPEDISCHE SCHOENEN

Tijdens uw afspraak op de diabetische voetpoli onderzoekt de revalidatiearts uw voeten en geeft u advies over het lopen.

Soms adviseert de revalidatiearts om orthopedische schoenen te laten maken.

Om u een goede, snelle service te bieden is er een orthopedisch schoenmaker aanwezig bij uw gesprek met de revalidatiearts. Deze schoenmaker is er op onze uitnodiging, omdat de samenwerking met deze schoenmaker goed is. Het is belangrijk dat u weet dat u helemaal zelf mag kiezen bij welk bedrijf u orthopedische schoenen laat maken.

Er zijn verschillende orthopedische schoenmakers in de regio 's-Hertogenbosch. Een goede orthopedische schoenmaker voldoet aan de volgende landelijke kwaliteitseisen:

1. De schoenmaker moet u bij het aanmeten van de schoenen de mogelijkheid bieden om eerst een proefschoen te maken.
2. De schoenmaker moet een drukmeting van de schoenen kunnen doen (de zogenaamde PEDAR meting).
3. De schoenen moeten binnen 6 weken na het aanmeten klaar.
4. De schoenmaker moet contact opnemen met de verwijzer (meestal de revalidatiearts) als hij om bepaalde redenen wil afwijken van het schoenrecept of voorschrift.

Informeer bij de schoenmaker waar u naar toe wilt, of zij voldoen aan deze kwaliteitseisen.

EEN DIABETISCHE VOET

Waarom zoveel aandacht voor de voeten?

Door de ziekte diabetes mellitus kunnen de bloedvaten en zenuwen in de voeten beschadigen. Als er schade is, verbetert dit ook niet meer. Door schade aan de zenuwen voelt u het niet als er een blaar of wondje aan de voet is ontstaan. En door schade aan de bloedvaten genezen wondjes aan de voet heel langzaam.

Daarom is het belangrijk dagelijks uw voeten goed te controleren en te verzorgen. Hoe eerder u een wondje ontdekt, hoe sneller met de verzorging begonnen kan worden. Zo kan het probleem beperkt blijven.

Waarvoor is er meer risico op het krijgen van een voetprobleem?

- Door regelmatig een te hoog of te laag bloedsuikergehalte.
- Door verminderd zicht en minder voelen kunt u wondjes over het hoofd zien.
- Door voetproblemen die u eerder al had.
- Door eeltvorming.


Adviezen voor het voorkomen van een voetprobleem





Bekijk/betast uw voeten dagelijks en let daarbij op roodheid, blaren, wonden, likdoorns, eeltran- den, kloven en lokale warmte. Licht bij wondjes uw arts in.

- Stop met roken; dit is slecht voor de doorbloeding van de vaten.
- Koude voeten? Gebruik geen kruik, maar draag bijvoorbeeld sokken.
- Nieuwe schoenen kopen? Doe dit dan laat op de dag; de voeten zijn dan wat opgezet.
- Draag nieuwe schoenen niet direct de hele dag; inspecteer uw voeten extra wanneer u nieuwe schoenen heeft gedragen.
- Gebruik nooit verband ter bescherming van de voet.



Was uw voeten regelmatig, met niet te koud of te warm water.

	<p>Dep uw voeten na het wassen goed droog, vooral ook tussen de tenen.</p>
	<p>Wrijf uw voeten na het afdrogen in met dunne olie of vette voetcrème (niet tussen de tenen!)</p>
	<p>Gebruik sokken of kousen zonder gaten, harde naden, strak elastiek of stoppen. Doe iedere dag schone sokken/kousen aan.</p>
	<p>Draag altijd schoenen, ook in huis.</p>

	<p>Draag goed passende schoenen.</p>
	<p>Schudt uw schoenen altijd uit voordat u ze aantrekt en voel/ kijk of er geen steentje, hard randje, enz. aan de binnenkant van uw schoenen zit.</p>
	<p>Ga voor het knippen en verzorgen van uw nagels naar een ervaren pedicure. Ga voor het verwijderen van likdoorns en eelt naar een ervaren pedicure of een podotherapeut. Gebruik nooit likdoornpleisters.</p>
	<p><i>Tip! Om zelf goed de voetzolen te controleren, gebruikt u een spiegel.</i></p>

De tekeningen in deze folder zijn met toestemming overgenomen uit de brochure 'Voorlichting diabetes voeten' van Novo Nordisk B.V..

Jeroen Bosch Ziekenhuis
Postbus 90153
5200 ME 's-Hertogenbosch
Tel: (073) 553 20 00

voorlichting@jbz.nl
www.jeroenboschziekenhuis.nl

Deze informatie voor patiënten is met de grootste zorg samengesteld. Het betreft algemene informatie. Aan deze informatie kunnen geen rechten worden ontleend.

© Jeroen Bosch Ziekenhuis

