

Diabēts un pēdu aprūpe bērniem

Mārīte Saulīte

Podologs, diabēta aprūpes māsa

Diabēta komplikācijas

- Polineiopātija*
- Išēmija un neuroišēmija*
- Diabētiskās pēdas sindroms*

***Vēlīnas diabēta komplikācijas, kas attīstās pārsvarā pie II tipa cukura diabēta vai ilgstoši dekompensēta I tipa diabēta ar diabēta stāžu virs 10-15 gadiem.**

Galvenās rūpes par bērnu pēdām

Profilaktiskie un higiēnas pasākumi:

1. Regulāra cukura līmeņa kontrole asinīs;
2. Ārsta ieteikumu ievērošana;
3. Rūpīga kāju kopšana.

Pēdu aprūpe bērniem



Kāju mazgāšana

- 1 – 2 X dienā (ūdens temperatūra 37 grādi)
- Ziepes izmantojam, ja kājas netīras, tikai bērnu vai ph neitrālas
- Vēlams zem tekoša ūdens, ja kāju vanna- ne ilgāk par 10 min.
- Nekādā gadījumā nelietot aromatizētās un antiseptiskās ziepes



Kāju slaucīšana

- Ar mīkstu dvieli
- Obligāti starp pirkstiem*
- Katram ģimenes loceklim personīgs kāju dvielītis



*ilgstoši mitra vide var radīt
bakteriālas un sēnīšu infekcijas

Apstrāde ar krēmu

- Maziem bērniem ar normālu ādas struktūru (vesela āda!) krēms nav jālieto!!!!



Nagu griešana



- 1x divās nedēļās ar speciālām šķērītēm vai standziņām;
- Naga formu veido atkarīgi no pirksta formas;
- Griež no stūra līdz stūrim, stūrīšus tikai viegli noapaļojot, bet neizgriežot dziļumā!

Apavu un zeķu izvēle

- Zeķes maina katru dienu
- Nēsāt pēc iespējas dabisku materiālu: kokvilnu, vilnu, viskozi
- Sporta nodarbībām obligāti cits zeķu pāris!



- Apavi mīksti, ērti un vēlams ādas
- Apavi ir jāpielāgo pēdām, nevis pēdas - apaviem!
- Piemeklējot apavus bērniem nepieciešams apzīmēt pēdas kontūru un izgriezt, tad kopā ar bērnu un papīra pēdiņu doties laikt apavus, ieteicams pēcpusdienā.

- Svarīga apavu žāvēšana;
- Ja vieni apavi , piem. botas - tad obligāti rezerves iekšzoles!
- Dienā nepieciešami 3-4 apavu pāri:
 1. -ielas
 2. -istabas (telpu)
 3. -darba (skolas)
 4. -sporta

Ārsts - ortopēds/tehniskais ortopēds

No 5 gadu vecuma, ja nepieciešams - ātrāk

Obligāti – 1., 5. un 9. klasē



SIA Unihaus

Rīgas 1.slimnīca 25. korpuss, **t.67295272/ mob.26466882**

Otrdienās, ceturtdienās:9:30 – 15:00

Podologa kabinets/ ārstnieciskā pēdu aprūpe

(katrā rajonā)



⇒ Diabētiskās pēdas aprūpes centrs
(slimnīca Gaīlezers, 216.kab. T. 67072867)

Paldies par uzmanību!!