Diabetisch voetenspreekuur Hagaziekenhuis DH en ZM

U bent verwezen naar het diabetisch voetenspreekuur. Hieronder leest u wat een diabetische voet is, wat u van het spreekuur kunt verwachten en wat u meeneemt naar het spreekuur. Verder hebben we adviezen opgenomen over schoenen en een goede voetverzorging.

Diabetische voet

Diabetes mellitus kan in de loop van de tijd gepaard gaan met complicaties zoals een beschadiging van bloedvaten en zenuwbanen. Door de beschadiging van bloedvaten kan onder meer de bloedvoorziening in de voeten verstoord raken, waardoor wondjes minder snel genezen. Door de beschadiging van de zenuwbanen kan daarnaast een gevoelsstoornis optreden, waardoor beschadigingen van de huid en wondjes aan de voet te laat worden opgemerkt. Ook al zien deze wondjes er aanvankelijk onschuldig uit, ze kunnen - mede door de gevoelsstoornis - leiden tot een (ernstige) infectie aan de voet. Het is belangrijk een dergelijke infectie op tijd te laten behandelen. Als dit niet gebeurt, kan de infectie op lange(re) termijn leiden tot een noodzakelijke amputatie van de voet.

Verder kan de beschadiging van de zenuwbanen leiden tot een pijnlijk of branderig gevoel in de benen. Als dit bij u het geval is, geef dit dan door aan uw behandelend arts. Deze kan hiervoor in sommige gevallen medicijnen voorschrijven.

Standsverandering voet

Naast de beschadiging van bloedvaten en zenuwbanen kan het bindweefsel verstijven. Bindweefsel zorgt er onder meer voor dat de cellen van de huid, gewrichten en spieren bij elkaar gehouden worden. Als dit weefsel verstijft, kan de voet niet soepel bewegen en kan er een abnormale stand van de voet ontstaan. Dit leidt in de praktijk vrijwel altijd tot eeltvorming en wondjes aan de voeten. Ook deze wondjes zien er misschien onschuldig uit, maar kunnen ook leiden tot een (ernstige) infectie aan de voet, die op tijd behandeld moet worden.

Voorkom infecties

Om ernstige infecties te voorkomen, is het van belang dat u uw voeten regelmatig laat controleren door bijvoorbeeld uw diabetesverpleegkundige, een (medisch) pedicure of een pedicure met een diabetesaantekening. Deze vakmensen kunnen tijdig zien of het nodig is u door te verwijzen naar de podotherapeut, huisarts of het Diabetisch voetenspreekuur.

Diabetisch voetenspreekuur

Het diabetisch voetenspreekuur is elke maandagmiddag op de Gipskamer van het HagaZiekenhuis, locatie Den Haag (route A1.3) en Zoetermeer (route 19).

Het is nodig vooraf een afspraak te maken.

Wat neemt u mee?

Om de afspraak goed te laten verlopen, is het noodzakelijk dat u de volgende spullen meeneemt naar het spreekuur:

- de schoenen waar u het meest op loopt. Vaak zijn dit meerdere paren schoenen;
- uw actuele medicijnlijst, of al uw medicijnen in de originele verpakking;
- uw eventuele afspraakbevestiging.
- controleert uw huisarts regelmatig uw suikerwaarden? Neem dan uw laatste HbA1c waarde mee.

Bij uw eerste afspraak op het spreekuur wordt een zogenaamd anamnesegesprek met u afgenomen en naar de beide voeten gekeken. Tijdens een anamnesegesprek stelt de verpleegkundig specialist of de vaatchirurg u allerlei vragen die belangrijk kunnen zijn bij het stellen van een diagnose of het kiezen van een behandeling.

Bij het voetonderzoek let de arts op:

- gevoeligheid van de voeten
- overmatige eeltvorming
- huidafwijkingen
- nagelafwijkingen
- temperatuur van de voeten.

Tijdens deze eerste afspraak onderzoekt de revalidatiearts ook uitgebreider uw voeten en schoeisel. Daarbij let de arts vooral

op de volgende aspecten:

- de vorm van de voet (holvoet of platvoet)
- teenafwijkingen (klauwtenen of hamertenen)
- schoencontrole
- belasting van de voeten
- stand van de voeten
- gevoeligheid van de voeten.

Als bij u een of meer afwijkingen worden geconstateerd, is er sprake van een risicovoet. Een risicovoet betekent dat uw voet meer kans heeft op het krijgen van wondjes.

Multidisciplinair voetenteam

Op het diabetisch voetenspreekuur werken meerdere specialismen (multidisciplinair) met elkaar samen, zodat u zo snel mogelijk de juiste zorg krijgt.

Het diabetisch voetenteam bestaat uit:

- **De vaatchirurg/wondverpleegkundige**
  Deze neemt de anamnese af en stelt vast of aanvullend onderzoek (vaatonderzoek, röntgenonderzoek of een behandeling met antibiotica) noodzakelijk is. U krijgt hier dan gelijk uitleg over.
  De wondverpleegkundige is betrokken bij de behandeling van de wond. Zij geeft advies over de wondbehandeling en de wondverzorging thuis.

- **De revalidatiearts**
  Deze doet het uitgebreide voetonderzoek en stelt een eventuele vorm- en/of standsafwijking van uw voet(en) vast. Indien noodzakelijk overlegt de revalidatiearts met de orthopedisch schoenmaker of en welke schoenaanpassing of schoenvoorziening nodig is.

- **De gipsverbandmeester**
  Deze is betrokken bij de behandeling van voetproblemen. Soms is het nodig de voetproblemen met gips te behandelen. De gipsverbandmeester legt dan het gips aan en geeft u hier informatie over.

- **De orthopedisch schoenmaker**
  Deze levert maatsteunzolen, doet aanpassingen aan confectieschoenen of verstrekt maatschoenen (orthopedische schoenen).
- **De podotherapeut**
  Deze is betrokken bij de behandeling van de voetproblemen. Ze verzorgen een gedeelte van de voetzorg en zijn gespecialiseerd in o.a. (teen)ortheses en nagelbeugels. De aangesloten podotherapeut is van de firma Wenders.

Afspraak diabetisch voetenspreekuur

Als u voetproblemen heeft, maakt u altijd zo snel mogelijk een afspraak op het Diabetisch voetenspreekuur. U heeft hiervoor een verwijzing van de huisarts nodig. Dit spreekuur is elke maandagmiddag op de gipskamer van het HagaZiekenhuis, locatie Den Haag en Zoetermeer.

Afspraak maken/wijzigen via telefoon: Voor het maken of wijzigen van een afspraak belt u naar: 070-210 2735 (Den Haag) of 079-346 2585 of 079-346 2326 (Zoetermeer).

Acute problemen tijdens kantooruren via Polikliniek Chirurgie:

070-210 2735 (Den Haag) of 079-346 2585 of 079-346 2326 (Zoetermeer).

Polikliniek Revalidatie (Basalt): Bij problemen met het orthopedisch schoeisel kunt u bellen naar de Polikliniek

Revalidatie. Dit kan van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 12.00 uur en van 13.30 tot 17.00 uur: (070) 210 4033 (Den Haag) of 079- 3462843 (Zoetermeer)

Spoedeisende Hulp: Als u ’s avonds, in het weekend of op feestdagen acute voetproblemen krijgt, kunt u bellen met de Spoedeisende Hulp: (070) 210 2060 (Den Haag) of 079-346 2539 (Zoetermeer).

Voorkom voetproblemen

Om voetproblemen te voorkomen, is extra aandacht nodig voor uw voeten en schoenen. Dit kan met behulp van de volgende tips en adviezen:

Voetverzorging

- Inspecteer dagelijks uw voeten, ook de onderkant (eventueel met behulp van een handspiegel).
- Controleer altijd uw voeten na het dragen van schoenen: let hierbij op wondjes, kloofjes, blaren (ook tussen de tenen) en rode vlekken die niet na een kwartier verdwijnen. Als u dit aantreft, neemt u direct contact op met uw huisarts of specialist.
- Was uw voeten dagelijks met lauw water en weinig zeep. Pas op met de temperatuur van het water: brandwonden zijn geen uitzondering.
- Zorg dat u uw voeten goed droogt, vooral tussen de tenen.

- Smeer uw voeten in (met bijvoorbeeld een beetje babyolie) zodat de huid niet uitdroogt.
- Gebruik geen voetenbaden om verweking en verbranding door slecht gevoel te voorkomen.
- Loop nooit alleen met sokken of blootvoets, ook niet in huis.
- Draag wollen of katoenen sokken zonder naden en van goede kwaliteit. Verschoon de sokken dagelijks. Pantykousjes kunt u eventueel binnenstebuiten dragen om te voorkomen dat de naden in uw voet drukken.
- Laat uw nagels regelmatig knippen door een medisch pedicure of een pedicure met een diabetische voetaantekening die is aangesloten bij bijvoorbeeld ProVoet. Kijk op www.provoet.nl voor meer informatie of bel met ProVoet: (031) 8551369.

Schoenadvies

- Inspecteer dagelijks de binnenkant van uw schoenen en zolen. Let hierbij op steentjes, harde naden, uitsteeksels of een opgerolde zool. Bij afwijkingen in de schoenen neemt u zo spoedig mogelijk contact op met uw orthopedisch schoenmaker.
- Zorg dat u minstens 2 paar goede schoenen heeft.
- Gebruik een lange schoenlepel bij het aantrekken van uw schoenen als u er slecht bij kunt komen.
- Zorg dat u de veters van uw schoenen goed strikt. Bij loszittende veters kunnen de voeten gaan schuiven, wat kan leiden tot eelt en/of wondjes.

- Draag het liefst platte schoenen. Mocht u per se een hak willen, zorg er dan voor dat die niet hoger is dan 3 centimeter.
- Koop uw schoenen aan het eind van de middag, omdat uw voeten dan iets dikker zijn.
- Als uw aangepaste schoenen niet goed passen of niet lekker zitten, neem dan zo snel mogelijk contact op met uw orthopedisch schoenmaker of uw revalidatiearts.
- Laat bij twijfel uw schoenen altijd controleren door uw eigen orthopedisch schoenmaker of revalidatiearts.
- Orthopedisch schoenbedrijf Robert Schilte is tijdens kantooruren te bereiken op: (070) 319 1912. Kijk voor meer informatie op: www.voetcentraal.nl
- Orthopedisch schoenbedrijf Linneweever is beschikbaar van maandag tot vrijdag van 08:30 tot 12:00 uur 079-3317700 of stuur whatsapp bericht naar 06-51903854. Kijk voor meer informatie op: www.linneweever.com

Meer informatie

- Diabetesvereniging Nederland: www.dvn.nl (zoek op diabetische voet). Of bel de diabeteslijn: (033) 463 0566.
- Voetcentraal bestaat uit een aantal orthopedisch schoentechnische bedrijven: www.voetcentraal.nl. Op deze website vindt u ook diverse actuele folders.

- Voetcentrum Wender www.podotherapeut.nl U kunt een afspraak maken via telefoonnummer 088 454 7700.
- Hyperbaar Geneeskundig Centrum www.hgcrijswijk.nl Bel voor meer informatie telefoonnummer (070) 406 3195.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność,

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

110121052026