

參考：

1. McCabe CJ, Stevenson RC, Dolan AM. Evaluation of a diabetic foot screening and protection programme. Diabet Med 1998;15:80-84.
2. Norgren L, Hiatt WR et al. Inter-Society Consensus for the Management of Peripheral Arterial Disease (TASC II). Journal of vascular surgery. Jan 2007; 45(1) Supplement S5A-67A.
3. NICE Clinical Guideline Type 2 Diabetes Prevention and Management of Foot Problems 2004 (U.K.)
4. NHS, National Diabetes Support Team, Diabetic foot Guide 2006 (U.K.)

## 物理醫學及復康科部

### 養和醫院

香港跑馬地山村道2號李樹培院5樓

電話：(852) 2835 7156

傳真：(852) 2892 7568

電郵：podiatry@hksh-hospital.com

辦公時間(敬請預約)

星期一至星期五：上午九時至下午五時

星期六：上午九時至下午一時

星期日及公眾假期休息

### 養和東區醫療中心

香港筲箕灣阿公岩村道5號李樹芳樓5樓

電話：(852) 2917 1180

傳真：(852) 2892 7403

電郵：podiatry@hksh-emc.com

辦公時間(敬請預約)

星期一至星期五：上午九時至下午五時

星期六：上午九時至下午一時

星期日及公眾假期休息



## 糖尿病的足部護理

查詢或預約，歡迎聯絡我們

## 糖尿病的足部護理

糖尿病於不知不覺間多方面影響患者雙腳。患者可能並不意識到這些逐步的變化而忽略了腳上的問題。當中常見的足部保護性感覺喪失，會使患者未能及早察覺一些早期問題，如感染或潰瘍，導致出現較嚴重的併發症。

足病診療服務能為糖尿患者提供專業的足部護理指導，並透過定期糖尿病足部檢查，以達到預防嚴重足部併發症的目的。

糖尿病足部的檢查包括：

1. 評估足部的保護性感覺
2. 評估下肢的血液循環狀態
3. 檢查足部皮膚和趾甲
4. 檢查足部結構的變化
5. 提供選鞋建議及一般足部護理知識

根據英國國家臨床指引(見右表)，二型糖尿病患者建議應最少每年接受一次足部併發症檢查，並應就腳患問題作定期護理，以妥善預防和管理糖尿病的足部問題。

## 英國國家臨床指引

### 二型糖尿病的足部問題預防和管理

	低風險足	風險足	高風險足	足部潰爛
足部檢查結果	足部感覺及脈搏正常者	發現有足部神經病變或足部脈搏不正常或有其他可引致足部潰瘍的因素	發現有足部神經病變或足部脈搏不正常 + 腳關節畸形、其他足部皮膚問題或有足部潰瘍病史	嚴重潰瘍
建議	每年作一次足部併發症檢查	定期每三至六個月接受足部併發症檢查或護理	定期每一至三個月作足部併發症檢查或護理	即時尋找治療

如您發現腳部有以下問題，請諮詢您的醫生或足病診療師，安排足部檢查及跟進：

### 皮膚及趾甲有異常

- 難以修剪趾甲
- 足部有胼胝(厚皮)或雞眼
- 趾甲側的皮膚會偶然疼痛或皮膚發炎
- 趾甲畸形
- 足部真菌感染(香港腳)
- 足部傷口癒合緩慢或久未癒合

### 腳形、感覺及功能有異常

- 足痛
- 腳形異常/足部關節畸形
- 足部皮膚顏色或溫度異常
- 足部冰冷
- 肌肉無力和瘦弱
- 下肢或腳趾麻木
- 運動後下肢肌肉疲勞、抽筋或肌肉痠痛，需休息十分鐘後方可舒緩
- 足部無名腫脹或皮膚發紅
- 下肢毛髮減少

### 病史

- 曾患有足部潰瘍
- 曾接受下肢或部份下肢截肢手術