

# القدم السكري

إعداد:  
الدكتورة إيمان منسي



تعتبر القدم السكري من المضاعفات الخطيرة لدى مرضى السكري، حيث يتسبب الارتفاع المزمن في جلوكوز الدم الى تلف الأعصاب والأوعية الدموية في القدم وفقدان الإحساس بالقدمين. إن اعتلال الأعصاب السكري قد يتسبب بأعراض أولية مثل الخدر والتنميل و الألم وفقدان الإحساس بالقدم، مما يعرض قدم المريض للجروح والكدمات والتقرحات دون أن يشعر. ونظرا لنقص التروية الدموية في القدم، فإن من الصعب شفاء هذه الجروح إذا تعرضت للالتهابات البكتيرية مما يتسبب بمضاعفات خطيرة كالإصابة بالغرغرينا إذا لم يتم اكتشافها وعلاجها في وقت مبكر. ويكمن خطر الإصابة بالغرغرينا لعدم استجابتها للعلاج، حيث يكون الحل هو بتر اصبع القدم أو القدم أو الساق لتجنب انتقال العدوى للأنسجة المجاورة وإنقاذ حياة المريض.

### ✚ كيفية الوقاية من القدم السكري:

على مريض السكري العناية بأقدامه لتجنب أي مضاعفات لا تحمد عقباه والتي تشمل:

- المحافظة على مستوى السكر بالدم ضمن المستوى الطبيعي من خلال الالتزام بكمية الطعام والأدوية الموصوفة من قبل الطبيب المختص.
- تفقد القدمين من الأعلى والأسفل يوميا من الجروح والأحمرار والتقرحات.
- غسل القدمين يوميا بالماء الدافئ والصابون وتجفيفهما جيدا بالمنشفة واستعمال بودرة التالك بين أصابع القدم حيث إن الرطوبة مع الحرارة قد تتسبب بالإصابة بالالتهابات الفطرية.
- عدم إزالة أي ثوليل أو جلد جاف من قبل المريض لتجنب جرح القدم ومراجعة الطبيب المختص لإزالتها بطريقة آمنة.
- قص أظافر القدم ومراجعة الطبيب إذا كانت الأظافر قاسية ويصعب قصها.
- ارتداء الأحذية المناسبة والجوارب المريحة لحماية القدم أثناء المشي.
- حماية القدمين من الحرارة والبرودة وتجنب المشي حافيا، وارتداء الجوارب الدافئة بدل استخدام المدفأة لتدفئتها.
- تحريك الأقدام بشكل دائري أثناء الجلوس لفترة طويلة وممارسة رياضة المشي لتنشيط الدورة الدموية في القدمين.
- المواظبة على زيارة الطبيب المختص لفحص القدمين في المواعيد المحددة.

### ✚ علاج القدم السكري:

يعتمد العلاج على الإصابة وشدة خطورتها وتشمل:

#### ❖ العلاج غير الجراحي:

ويشمل العلاج الموضوعي وإعطاء الأدوية وتغيير نمط الحياة حيث تشمل خطوات العلاج:

- تنظيف الجروح والتقرحات والصدید وتعقيمها وتضميدها.

- استخدام المراهم للتخلص من الجلد الميت كحامض الساليسليك.
- استخدام المضادات الحيوية الموضعية و الفموية والوريدية لعلاج العدوى.
- استخدام الأدوية التي تزيد من تدفق الدم للأقدام.
- تغيير نمط الحياة بترك التدخين والسيطرة على السكر ولبس الأحذية الطبية.

#### ❖ العلاج الجراحي:

قد يضطر الطبيب للعلاج الجراحي إذا فشل العلاج غير الجراحي عن طريق:

- إزالة الأنسجة الميتة من القدم.
- بتر جزء من القدم أو كامل القدم.
- جراحة الأوعية الدموية لزيادة تدفق الدم للأطراف السفلية.

#### ❖ على المريض مراجعة الطبيب فوراً في حال لاحظ:

- وجود جرح أو كدمة لم تشف، خلال عدة أيام.
  - وجود احمرار أو ألم بالقدم.
  - وجود بثرة بالقدم تحتوي على دم جاف.
  - وجود التهاب في القدم والذي تحول لونه إلى الأسود أو كانت رائحته سيئة لاحتمال تعرض الجرح للغرغرينا.
- وأخيراً فإن درهم وقاية خير من قنطار علاج، والمحافظة على مستوى السكر بالدم وضغط الدم والكولسترول هو أفضل الحلول للوقاية من القدم السكري و المضاعفات الأخرى للمرض.

المراجع:

[Diabetic Foot | MedlinePlus](#)

[القدم السكري \(Diabetic Foot\): دليلك الشامل | الطي \(altibbi.com\)](#)