

# Il piede diabetico (2^ parte)

2 Febbraio 2020



***(continua dall'edizione precedente)***

Un programma di prevenzione del piede diabetico e la diagnosi precoce si sono dimostrati strumenti di assoluta efficacia nel combattere le pericolose complicanze della patologia. In base alle linee guida recenti, la prevenzione del piede diabetico si articola in:

1. Identificazione dei piedi a rischio
2. Regolare ispezione del piede, che consiste nel verificare lo stato di igiene e l'uso di calzature adeguate. In seguito all'esame del piede, ogni paziente può essere assegnato ad una categoria di rischio che dovrebbe guidare la successiva strategia di prevenzione.
3. Educazione dei pazienti, familiari e sanitari. L'educazione fornita in modo strutturato, organizzato e ripetuto al paziente svolge un ruolo importante nella prevenzione del piede diabetico. Le persone con diabete dovrebbero imparare a riconoscere i potenziali problemi del piede. Risulta infatti di primaria importanza che il paziente controlli quotidianamente il piede per verificare la presenza di lesioni o ulcere e, qualora si notassero e si manifestassero dolori, formicolii o assenza di sensibilità, è necessario recarsi in un centro specializzato.
4. Le calzature per pazienti diabetici devono essere adeguate affinché non creino conflitti e attriti. Le scarpe da indossare non devono essere né troppo larghe né troppo strette, e non devono avere bordi irregolari e cuciture interne, accompagnate dall'utilizzo di un'ortesi plantare realizzata su misura con materiali specifici, che tenda ad uniformare il carico del piede e favorisca la circolazione.
5. Il trattamento di qualsiasi condizione pre-ulcerativa del piede è fondamentale. Questo comprende: la rimozione dei calli, la protezione delle vesciche o il loro drenaggio se necessario, il trattamento di unghie incarnite o ispessite, e la terapia per eventuali infezioni fungine.



Va inoltre posta grande attenzione anche nell'eseguire il taglio delle unghie, in quanto il deficit di sensibilità soprattutto se abbinato ad una arteriopatia periferica, può far sì che qualsiasi piccola lesione provocata su una cute fragile, si possa trasformare in una pericolosa lesione che non va mai trascurata.

## Sintomi

Il piede diabetico ha sintomi iniziali che possono essere: temperatura del piede notevolmente aumentata, mancanza di sensibilità, presenza di bolle e/o callosità, tagli, graffi o ulcere.

Uno dei più frequenti sintomi del piede diabetico è il formicolio, soprattutto quando si verifica di notte ed è talmente frequente e insistente da interferire negativamente con la qualità del sonno. Il piede diabetico può comportare tra i sintomi iniziali anche una strana sensazione di punture di spillo all'altezza dei piedi e delle gambe.

E' considerato uno dei sintomi più evidenti del piede diabetico, anche la perdita di sensibilità, con assenza di risposta agli stimoli termici, tattili e dolorifici degli arti inferiori. Se il piede diventa insensibile a ogni possibile stimolo esterno, se non percepisce con particolare fastidio anomalie di vario genere, dal contatto con superfici di varia consistenza o temperatura, fino a una scarpa troppo stretta, vuol dire che qualcosa non funziona.

***(continua nella prossima edizione)***



Dott. Andrea Dolente tecnico  
ortopedico



Dott. Marco Catenacci tecnico  
ortopedico