

# 糖尿病足之傷口照護與預防

◎林口長庚新陳代謝科專科護理師 楊惠美



**47**歲的魏先生罹患糖尿病2年，平時未控制血糖，有糖尿病神經病變，因自行剪雞眼造成足部感染，左足壞疽合併壞死性筋膜炎（圖一），在糖尿病足照護團隊努力治療下，歷經5次手術合併高壓氧及負壓傷口治療，才得以免除重大截肢（圖二）。但他因足部感覺異常及第三腳趾缺失，足部壓力點改變，從此成為本團隊的常客，9年來因足部潰瘍已住院治療多達7次，雖然病況不像第一次那麼嚴重，但已造成他及家人的困擾。

糖尿病患者因神經病變、血管粥狀動脈硬化及免疫力下降易罹患足部潰瘍，有效的預防足部潰瘍發生，就需做好足部護理、定期檢查及治療動脈硬化，中華民國糖尿病學會建議有神經病變患者的足部照護如下：

- 一、每日使用溫水與溫和的肥皂清洗足部，避免浸泡足部。清洗乾淨後以柔軟毛巾擦乾，尤其要小心擦乾趾縫。
- 二、每日自行檢查足部與腳趾二次，看是否有龜裂、外傷、水泡、發紅、

腫脹、長繭甚至是感染跡象；若行動受限可在地板上放鏡子來檢查腳底。

- 三、檢查足部是否皮膚乾燥，必要時塗抹乳液以滋潤足部，但要避開趾縫。
- 四、定期修剪趾甲，腳趾甲應平直橫向修剪，不要剪得太深，再以銼刀將尖銳的角都磨平。
- 五、避免任何可能傷害足部的活動，例如：赤腳走路、將足部暴露在高溫下。
- 六、隨時穿上鞋子以預防受傷，穿著純棉材質不過於緊繃的襪子或是無凸起縫線的厚襪。
- 七、穿著合腳的鞋子，使腳趾得以活動。有足部變形情況時，可能需穿著加寬或加深鞋子，嚴重者可能要訂作特殊鞋。穿新鞋不要一下穿太久，要花時間慢慢適應。有神經病變或有發紅、溫熱、長繭等現象，應穿著走路鞋或運動鞋，以緩和足部壓力。
- 八、穿鞋前，檢查鞋內是否有破損或銳

邊，或可能讓皮膚受傷的異物。  
九、一年至少進行一次詳細足部檢查。

為了預防糖尿病足部問題發生，建議應戒菸、控制血糖及血壓。有症狀的周邊血管疾病應做結構式的運動治療，必要時需進行血管重建手術。如不幸發生足部潰瘍，需立即找專科醫師治療。居家傷口照護應注意下列事項：定期用清水或生理鹽水清洗潰瘍傷口，若有浸溼或碰到水，應立即換藥；依醫師指示正確使用敷料或藥膏，避免塗擦來源

不明的藥物；注意傷口的局部症狀，包括紅、腫、熱、痛；注意傷口是否有脫落、移位或裂開情形，且需定期追蹤治療，由醫師判斷傷口清況及給予適當的處置，以免惡化或感染發生。

糖尿病患者易有足部潰瘍問題，應早期防治以免不幸的發生，因為一旦有傷口或截肢病史，再度發生潰瘍機率將大大的提升。在此提醒糖尿病患者一定要每天好好寶貝雙足（圖三），才能邁開大步勇往直前。☺



▲圖一 糖尿病足治療前



▲圖二 糖尿病足治療後



▲圖三 寶貝雙足