



# Podotherapie

Sonderkamp & Wijnands



## *Podotherapie en diabetes*

Raadpleeg uw podotherapeut met alle vragen  
over diabetes en uw voeten.

Neem contact met ons op:

077-3548221

[info@podovento.nl](mailto:info@podovento.nl)

[www.podovento.nl](http://www.podovento.nl)

*Één doel, één team, één taak!*

## Podotherapie en diabetes

Aandacht voor uw voeten is belangrijk, zeker als u diabetes heeft. Een kwart van alle mensen met diabetes heeft een zogenaamde 'diabetische voet'. Een diabetische voet betekent dat er risico is op een wond die slecht geneest. In het meest ernstige geval kan een niet genezende wond leiden tot een amputatie. In deze folder leggen we uit wat u zelf kan doen (zelfmanagement) om wonden te voorkomen en wat een podotherapeut voor u kan betekenen.

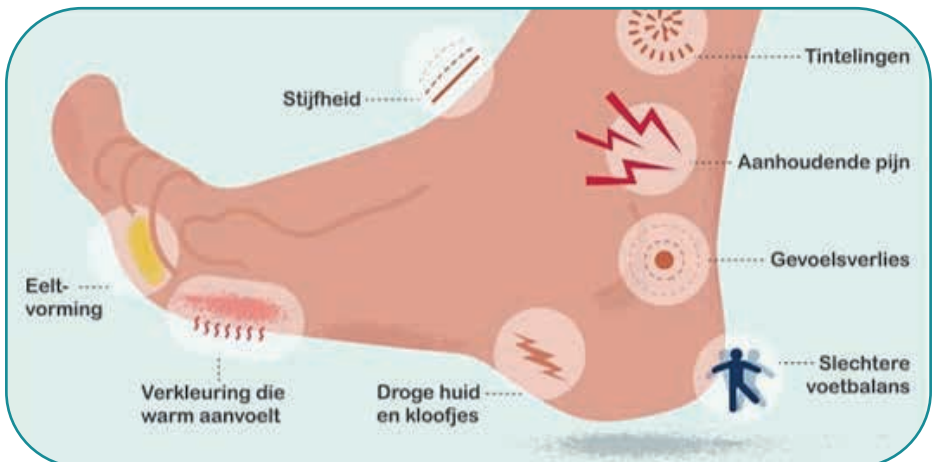


### Podotherapeutisch voetonderzoek

Tijdens het podotherapeutisch voetonderzoek wordt gekeken of preventie toegepast kan worden op wondvorming. Is er sprake van gevoelloosheid en/of problemen met de doorbloeding? Zijn er afwijkingen van uw huid en nagels? Heeft u de juiste sokken en schoenen aan? We kunnen u uitgebreid adviseren!

De podotherapeut zal uw voeten en schoenen onderzoeken en daarbij extra goed kijken naar drukplekken. Er kan

verhoogde druk onder uw voeten ontstaan door een verkeerde stand van uw voeten of een verkeerd looppatroon. Daarnaast kan het zijn dat uw tenen gaan klauwen waardoor er druk bovenop of onder de tenen ontstaat. Door voetstandafwijkingen kunt u last krijgen van eeltvorming of likdoorns. Ook roodheid, kloven en verdikte (schimmel) nagels zijn risicoplekken. De (diabetes) podotherapeut streeft er naar om drukplekken te ontlasten en te voorkomen met een hulpmiddel of het geven van advies. Via een protocol wordt bepaald of u in aanmerking komt voor voetzorg bij een medisch pedicure.



## Zelfmanagement

Voor een succesvolle behandeling is het noodzakelijk dat u uw voeten zelf controleert en de adviezen van uw behandelaar opvolgt.

Onderneem de volgende **dagelijkse** acties:

- Wandel minimaal 20 minuten (voorkeur op wandelschoenen)
- Voel met uw handen over de voeten op oneffenheden
- Controleer de onderzijde van uw voet (evt. met een spiegel) op rode plekken of drukplekken
- Smeer uw voeten dagelijks in om een droge huid te voorkomen
- Kijk tussen uw tenen voor drukplekken

De medische term voor beschadigde zenuwen is neuropathie. Als zenuwen niet meer goed werken is het gevoel in uw voeten verminderd en voelt u te laat wanneer er een wondje ontstaat.

- Was uw voeten zonder zeep en maak ze goed droog (ook tussen de tenen)
- Draag schone sokken en bij voorkeur zonder naden
- Schud uw schoenen ondersteboven uit, zodat er geen zand of steentjes achterblijven

Is de doorbloeding in uw voeten verminderd, genezen wondjes slecht. Een niet goed genezende wond kan in het ergste geval leiden tot amputatie van teen, voet of (onder)been.



## Direct toegankelijk

U kunt zich bij ons zowel met als zonder verwijzing aanmelden voor een afspraak.

### U vindt ons op de volgende locaties:

<b>Venlo</b>	Turfstraat 14
<b>Venlo</b>	Veestraat 5c
<b>Panningen</b>	John F. Kennedylaan 231a
<b>Tegelen</b>	Posthuisstraat 5
<b>Maasbree</b>	Achter de Hoven 4d

### Neem contact met ons op:

077-3548221

Podotherapie Sonderkamp & Wijnands BV  
is lid van:

