

DIABETISCHE VOETKLINIEK

Nazorg totale contactgips

Beste mevrouw, meneer

Je ontvangt deze brochure omdat je periode in een totale contactgips er bijna op zit.

Het goede nieuws is dat je wonde zo goed als genezen is. Het slechte nieuws is dat het moeilijkste nu nog komt, namelijk de wonde gesloten houden.

Het is bijna vanzelfsprekend voor jou om je suikergehalte 3 tot 4 keer per dag met een vingerprik te controleren en je suikerbalans op peil te houden door je medicatie en insuline correct in te nemen. Elke dag minstens één keer grondig de voeten controleren, lijkt heel wat minder vanzelfsprekend. Toch is stappen en het gebruik van je voeten, net zo'n dagelijkse noodzaak als eten en drinken.

Overdruk onder de voet is de belangrijkste oorzaak van je wonde. Om dit te kunnen behandelen, kunnen we enkel werken met op maat gemaakte zolen en schoenen. Zelfs dan blijft het risico op hervat bestaan. De overdruk niet behandelen, zal ervoor zorgen dat je binnenkort opnieuw beroep op een diabetische voetkliniek zult moeten doen voor behandeling.

De kans op een nieuwe wonde is het grootst net na de genezing. Hoe langer de wonde gesloten blijft, hoe kleiner de kans op hervat.

campus Sint-Augustinus
Oosterveldlaan 24
2610 Wilrijk
tel. + 32 3 443 30 11

campus Sint-Vincentius
Sint-Vincentiusstraat 20
2018 Antwerpen
tel. + 32 3 285 20 00

campus Sint-Jozef
Molenstraat 19
2640 Mortsel
tel. + 32 3 444 12 11

BTW BE 0428.651.017 - RPR Antwerpen
gzaziekenhuizen@gza.be
www.gzaziekenhuizen.be

Risico op een nieuwe voetwonde zal nooit helemaal verdwijnen

Je gewicht blijft hetzelfde of je nu binnen- of buitenshuis bent. De druk onder je voeten dus ook. Je draagt daarom best altijd goede schoenen en zolen. Draag je binnenshuis liever geen schoenen, draag dan pantoffels waarin je op maat gemaakte zolen passen.

Het wordt erg belangrijk schoenen te dragen met de juiste breedte, lengte en voldoende ruimte voor de tenen in de hoogte. Voorzie zeker ook voldoende plaats voor een losse zool op maat van je voet in je schoen.

Omdat de schoenen en pantoffels die je momenteel draagt mogelijk niet aan de criteria voldoen, breng je ze best allemaal ter controle mee naar de orthopedisch technicus.

Schoenen op jouw maat

Afhankelijk van je voetvorm en de onderliggende oorzaak raden we je een aangepaste (semi-orthopedische) of volledig op maat gemaakte (orthopedische) schoen aan.

Volstaan semi-orthopedische schoenen, dan dien je steeds volledig op maat gemaakte zolen te dragen. Zij verminderen de druk waar nodig.

Moeten er volledig op maat gemaakte schoenen gemaakt worden, dan neemt de orthopedisch technicus niet enkel een afdruk voor je zolen, maar volgt er ook een bijkomende maatname voor de schoenen zelf.

De mutualiteit komt slechts jaarlijks of tweejaarlijks tussen in schoenen en zolen op maat. Dat is ruim onvoldoende gezien hoe intens je deze gebruikt.

Vaak wordt er gekozen voor zachtere materialen die de druk goed opvangen, maar niet duurzaam zijn. We raden je vanuit preventief standpunt aan je schoenen en zolen twee keer per jaar te laten controleren en herstellen bij je vertrouwd orthopedisch technicus.

Waar je op moet letten

- Draag je zolen op maat **altijd**.
- Draag ook **altijd** schoenen of pantoffels die correct passen en waar een zool op maat van je voeten in past.
- Laat je zolen en schoenen elke **6 maanden controleren** bij de orthopedisch technicus.
- Let op **een goede afrol** voor je schoenen/pantoffels. Dit betekent dat je ongeveer 4 vingers verticaal onder de hiel kunt plaatsen, wanneer je op de teenbox duwt.
- De schoenen plooiën best minimaal ter hoogte van de tenen

