

Diabetische voetkliniek

Nazorg totale contactgips patienteninformatie

Geachte heer, mevrouw,

U ontvangt deze brochure omdat uw periode in een totale contactgips er bijna op zit.

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

Het is bijna vanzelfsprekend voor u om uw suikergehalte 3 tot 4 keer per dag met een vingerprik te controleren en uw suikerbalans op peil te houden door uw 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 uw voeten, net zo'n dagelijkse noodzaak als eten en drinken.

Overdruk onder de voet is de belangrijkste oorzaak van uw wonde. Om dit te kunnen behandelen, kunnen we enkel werken met op maat gemaakte zolen en schoenen. Zelfs dan blijft het risico op herval bestaan. De overdruk niet behandelen, zal ervoor zorgen dat u 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 herval.



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

www.gzaziekenhuizen.be

Het risico op een nieuwe voetwonde zal nooit helemaal verdwijnen.

Uw gewicht blijft hetzelfde of u nu binnen- of buitenshuis bent. De druk onder uw voeten dus ook. U draagt daarom best altijd goede schoenen en zolen. Draagt u binnenshuis liever geen schoenen, draag dan pantoffels waarin uw 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 uw voet in uw schoen.

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

Schoenen op uw maat

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

Volstaan semi-orthopedische schoenen, dan dient u 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 uw 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 u deze gebruikt.

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

Waar u op moet letten

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

