



Dr. med. Roya Sigari
Fachärztin für Allgemeinmedizin
Akupunktur

Dr. med. Sonja Sadlowski
Fachärztin für Allgemeinmedizin
Diabetologie

Diabetische Neuropathie

Die Nerven in unserem Körper sind dafür verantwortlich, Reize wie Kälte, Wärme, Berührungen und Schmerzen wahrzunehmen und weiterzuleiten. Auch Bewegungen werden durch unsere Nerven gesteuert.

Sind die Nerven geschädigt, können diese die Reize nicht mehr korrekt weiterleiten. Für die Entstehung dieser Neuropathie ist in erster Linie der Diabetes verantwortlich. Als weitere Ursachen können Alkohol, verschiedene Medikamente und chronische Nierenschäden genannt werden.

Die diabetische Neuropathie ist nicht heilbar, wenn sie aber frühzeitig entdeckt wird, lässt sich ein Fortschreiten der Erkrankung verzögern.

Wie wird die diabetische Neuropathie in der Praxis festgestellt?

Im Rahmen des DMP-Vertrages findet, in regelmäßigen Abständen, eine Fußuntersuchung statt. Bei dieser werden unter anderem das Kalt-Warm-Empfinden, das Vibrationsempfinden und das Druck- und Berührungsempfinden getestet.

Folgende Symptome können auf eine Neuropathie hindeuten

- Kribbeln, Brennen, Taubheitsgefühle
- Krämpfe
- Schmerzen (in Ruhe, bzw. nachts, verbessern sich bei Bewegung)
- Eingeschränkte oder völlig fehlende Wahrnehmung von Druck, Schmerzen und/oder Temperatur

Die Nervenschädigung betrifft überwiegend die Füße und Beine, kann aber auch an Händen und Armen entstehen. Es sind **immer beide** Seiten betroffen!



Dr. med. Roya Sigari
Fachärztin für Allgemeinmedizin
Akupunktur

Dr. med. Sonja Sadlowski
Fachärztin für Allgemeinmedizin
Diabetologie

Das können Sie selber tun!

- Betrachten Sie 1xtgl Ihre Füße, Ihre Zehen und die Zehenzwischenräume
- Meiden Sie Nikotin und Alkohol
- Achten Sie auf eine gute Blutzuckereinstellung
- Gehen Sie nicht barfuß
- Vermeiden Sie zu enge Socken um Einschnürungen zu verhindern
- Bei der Verwendung von Fußbädern achten Sie auf die richtige Temperatur (max. 37°C), benutzen Sie ein Thermometer, max. Dauer des Bades 3 Minuten
- Keine Fußbäder bei Wunden an den Füßen
- Cremes Sie tgl Ihre Füße ein, Zehenzwischenräume aussparen
- Täglich Fußgymnastik und Gehtraining
- Bei Druckstellen oder Verletzungen suchen Sie bitte einen Arzt auf