

3. ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ ΥΠΟΔΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ

Βογιατζόγλου Λευτέρης,

Ποδολόγος-Ποδοθεραπευτής

Επιστημονικός Συνεργάτης Γ.Ν.Α. «Αμαλία Φλέμινγκ»

Η χρήση ακατάλληλων υποδημάτων από διαβητικά άτομα έχει συσχετισθεί άμεσα με βλάβες που θα παρουσιάσουν τα άτομα αυτά στα κάτω άκρα, έλκη ή ακόμα και ακρωτηριασμούς που μπορεί να υποβληθούν. Πληθώρα ερευνητών, έχει διαπιστώσει ότι «στενά υποδήματα» (1), τραυματισμός από υποδήματα (2), και γενικότερα τα υποδήματα (3), είναι υπεύθυνα για το 21-89% των διαβητικών ελκών. Παράλληλα, πολλές μελέτες (λίγες διπλές τυφλές τυχαιοποιημένες), έχουν επιβεβαιώσει τη μείωση του κινδύνου υποτροπής σε ένα διαβητικό έλκος, μετά την χρήση ατραυματικών-θεραπευτικών υποδημάτων (4).

Ο σκοπός του κατασκευαστή θεραπευτικών υποδημάτων είναι να εξασφαλίσει τη σωστή λειτουργία του υποδήματος ανάλογα με τις ανάγκες του κάθε ασθενή.

Μερικές από τις πιο συνηθισμένες στρατηγικές είναι: Να προσφέρουν επαρκή χώρο για να υποδεχθούν ένα δύσμορφο πέλμα, επαρκές εύρος και βάθος ώστε να είναι σε θέση να υποδεχθούν το κατάλληλο ορθωτικό μέσο χωρίς να επιβαρύνουν το πόδι με επιπλέον μηχανικό φορτίο πίεσης ή τριβής.

Επίσης αποσκοπούν στο να μειώσουν το φορτίο πίεσης σε ανατομικές περιοχές που δέχονται τα υψηλότερα ποσοστά πίεσης κατά την διάρκεια της βάδισης (όπως μεταταρσοφαλαγγικές αρθρώσεις, 1η φαλαγγοφαλαγγική άρθρωση), και να ανακατανεύουν την πελματιαία πίεση, φορτίζοντας σημεία τα οποία δε δέχονται υψηλά ποσοστά πίεσης, όπως την περιοχή της ποδικής καμάρας (5).

Τέλος θα επιδιώξουν να τροποποιήσουν τον κύκλο βάδισης των ασθενών με συγκεκριμένα τεχνάσματα όπως την άκαμπτη σόλα (rocker bottom), αλλά και με την πρόσθια των ορθωτικών πελμάτων με μετατάρσιες μπάρες-πυραμίδες (metatarsal bars) (6).

Ο ιδανικός συνθήκες για την επιλογή ενός κατάλληλου υποδήματος και ορθωτικού βοηθήματος προϋποθέτουν την ενδελεχή «εμβιομηχανική» επισκόπηση του διαβητικού ατόμου, η οποία περιλαμβάνει και την δυναμική μέτρηση της πελματιαίας πίεσης που ασκείται στα πέλματα.

Έπειτα, καταλυτικό ρόλο στην αποτελεσματικότητα των υποδημάτων, θα παίξει η συμμόρφωση των διαβητικών ατόμων σε ότι αφορά την χρήση τους. Έχει υποστηριχθεί πως τα υποδήματα θα πρέπει να χρησιμοποιούνται τουλάχιστον στο 60% της καθημερινής δραστηριότητας, έτσι ώστε να είναι αποτελεσματικά (7).

Θα έπρεπε τέλος να τονιστεί πως τα υποδήματα αυτά αφορούν στην αποκατάσταση ή πρόληψη διαβητικών

ελκών και όχι στην θεραπεία. Έτσι, ασθενείς με ενεργά έλκη θα έπρεπε να ακολουθούν άλλες μεθόδους αποφόρτισης.

Βιβλιογραφία

1. Edmonds ME, Brundell MP, Morris ME et al. Improved survival of the diabetic foot: the role of a specialized foot clinic. Q J Med 1986; 60: 763-771
2. Macfarlane RM, Jeffcoate WJ. Factors contributing to the presentation of the diabetic foot ulcers. Diabet Med 1997; 14: 867-870
3. Benotmane A, Mohammedi F, Ayad F et al. Diabetic foot lesions: aetiologic and prognostic factors. Diabet Metab 2000; 26: 113-117
4. McGill, Molyneaux L, Yue Dk. Which diabetic patients should receive podiatry care? An objective analysis. Intern Med J 2005; 35: 451-456
5. Bus SA, Ulbrecht JS, Cavanagh PR. Pressure relief and load redistribution nu custom-made insoles in diabetic patients with neuropathy and foot deformity. Clin Biomech (Bristol Avon) 2004; 19: 629- 638
6. Hayda R, Tremaine MD, Tremaine K, Banco S, Teed K. Effect of metatarsal pads and their positioning: a quantitative assessment. Foot Ankl Int 1994; 15: 561-566
- Macfarlane DJ, Jensen JL. Factors in diabetic footwear compliance. J Am Piatric Med Assoc 2003; 93: 485- 491

ΑΙΘΟΥΣΑ: «ΣΥΜΒΟΥΛΙΩΝ 1»

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΜΕΤΕΓΚΑΥΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΜΕΤΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΗ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ: ΜΠΑΚΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ, ΓΑΡΝΑΒΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ

1. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΤΡΑΥΜΑΤΑ

Μπάκας Ελευθέριος

Διευθυντής τμήματος Φυσικής Ιατρικής
 Αποκατάστασης, ΓΝΑ «ΚΑΤ»

Σημαντική η συμβολή της Αποκατάστασης στην πρόληψη και αντιμετώπιση των χρονίων ελκών που συναντώνται σε ασθενείς με διαφορετικά παθολογικά υποστρώματα.

2. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΤΟ ΟΞΥ ΤΡΑΥΜΑ

Κοτρώνη Αικατερίνη

Επιμελήτρια Α, τμήματος Φυσικής Ιατρικής
 Αποκατάστασης, ΓΝΑ «ΚΑΤ»

Το τραύμα αποτελεί διεθνώς την 3η αιτία θανάτου για τις ηλικίες 1-45 και κοινό παράγοντα σημαντικής αναπηρίας σε άτομα της παραγωγικής ηλικίας. Η συμβολή της Αποκατάστασης στην αντιμετώπιση του οξέος