AMAÇ: Diyabetli hastada ayak yarasının oluşmasını önlemek, oluşan yaranın komplikasyonsuz gerilemesini sağlamaktır.

KAPSAM: Diyabetli hastada ayak yarasının oluşmasını önlemeye yönelik faaliyetleri ve tanılamayı kapsar.

SORUMLULAR: Klinik/ ünite hemşiresi

TANIMLAR:

HgbA1c: Diğer ismiyle glikozillenmiş hemoglobin, şeker hastalığında tedavinin etkinliğini ölçmek, kimi zaman da şeker hastalığı tanısı koymak için kullanılan bir kan tahlilidir. Hemoglobin A_{1c} sıklıkla HbA_{1c} olarak da kısaltılır. Şeker hastalığı tedavisinde geçmiş iki-üç ay ait kan şekeri profili hakkında bilgi verir.

Monofilament: 10 gr' lık bir basınçla ayağın duyu durumunu değerlendirmeye yarayan ince plastik ucu olan alet.

UYARILAR ve ÖNERİLER

Temel İlkeler

Diyabet teşhisi konan her hastaya diyabet hakkında eğitim talimatı uygulanır.

Bakımın tüm aşamalarında hasta yeterli düzeyde bilgilendirilir ve bakıma katılımı sağlanır.

Kan şekeri kontrol altında tutulur (Açlık - 80-140 mg/dl Tokluk- 180 mg/dl).

Ayak bakımından sonra ayaklar / parmak araları kurulanır ve nemlendirilir.

24 saatte bir **"Ayak Bakım Uygulama Talimatı"** uygulanır.

Ayağın Değerlendirilmesi

Parmak uçları: Sıcaklık, ödem ve enfeksiyon açısından değerlendirilir.

Tırnaklar: Şekil bozukluğu ve kesim şekli (düz kesilmeli) açısından değerlendirilir.

Ayak gövdesi: Sıcaklık, ödem, hidrasyon vb. açısından değerlendirilir.

Bacaklar: Sıcaklık, ödem, hidrasyon vb. açısından değerlendirilir.

Renk: Bacaklar, ayaklar ve parmaklarda solukluk, siyonize, kızarıklık olup olmadığına bakılır, bütün nabızların alınabilmesi gerekir.

Monofilament ile ayaktaki bası noktalarına basınç verilerek his kaybı olup olmadığına bakılır. Monofilament yoksa bir kağıdın ucu ayak tabanındaki bası noktalarına sürülerek bakılır.

Diyabetik Ayak Sınıflandırma Skalası (Wagner Sınıflandırması)

Grade 0: Açık ülser yoktur, risk faktörü yüksektir, zedelenme ve incinme vardır,

Grade 1: Yüzeyel ülser vardır, açık enfeksiyon yoktur.

Grade 2: Tendon, ligament ve yumuşak doku tutulumu vardır.

Grade 3: Derin enfeksiyon, osteomyelit vardır.

Grade 4: Ayağın ön bölümünde nekroz vardır.

Grade 5: Ayağın tamamında nekroz oluşmuştur.

GRADE DERECESİ	**TANILAMA SIKLIĞI**	**BAKIM PLANI**
GRADE 0	24 saatte	24 saatte bir

GRADE 1	24 saatte	12 saatte bir
GRADE 2	24 saatte	12 saatte bir
GRADE 3	12 saatte	12 saatte bir
GRADE 4	12 saatte	12 saatte bir
GRADE 5	12 saatte	12 saatte bir

ARAÇ ve GEREÇLER:

Non steril eldiven

Aseton

Orta boy derin küvet

Ilık su

Sabun

Havlu

Nemlendirici krem/Vazelin

Tırnak makası

Törpü

Povidon iyot

Tedavi tepsisi

İŞLEM BASAMAKLARI:

İşlem öncesi hasta ve hasta yakınlarına uygulama hakkında bilgi verilir.

Eller **“El Hijyeni Talimatı”** na uygun yıkanır.

Eldiven giyilir.

Ayak bakımı **“Ayak Bakımı Uygulama Talimatı”** na uygun yapılır/yaptırılır.

Ayak bakımından sonra ayakların kuru tutulması sağlanır.

Uzun tırnaklar törpülenerek kısaltılır (Tırnakların köşelerine dokunmadan törpüleyin).

Banyo ve bakımlardan sonra ayağa nemlendirici sürülür.

Çorapların temiz, kuru, terletmeyen ve emici özellikte olmasına dikkat edilmelidir.

Ayakkabıların önü kapalı, bağcıklı, az topuklu, yumuşak derili ve kalın tabanlı olmasına dikkat etmesi konusunda hasta ve hasta yakınları bilgilendirilir.

Basınç bölgeleri desteklenir.

Kan şekeri kontrol altında tutulur.

Diyetine göre beslenmesi sağlanır.

Banyo ve bakımdan sonra aşağıdaki gibi ayak egzersizleri yapmaları sağlanır;

Sandalyeye oturulur (yalın ayak)

Ayak parmakları aşağı yukarı açıp kapatılır. (10 defa)

Bir ayak parmak ucu diğer ayak topuk basarak dikiş makinesi hareketi yapılır. (10 defa)

Tek tek her iki ayak bileği daireler çizerek döndürülür.

Parmak uçları yere basılarak, topuk çevrilir.

Ayak yukarı kaldırılır, parmaklar aşağıya itilir.

Ayak yukarı kaldırılır, parmaklar öne itilir.

Her iki ayak yukarı kaldırılır, parmaklar öne çekilir.

Her iki ayak yukarı kaldırılır, bir ayak öne çekilir, diğer ayak yere itilir.

Tek ayak kaldırılarak ayak parmaklarına daireler çizdirilir.

Yere bir gazete konulur, çıplak ayak parmaklarıyla gazete almaya çalışılır.

Atıklar **“Tıbbi Atık Yönetimi Talimatı”** na uygun şekilde atılır.

Eller **“El Hijyeni Talimatı”** na uygun yıkanır.

İşlem **“Hemşire Gözlem Formu”** na kaydedilir.

İlgili Dokümanlar:

Tıbbi Atık Yönetimi Talimatı

El Hijyeni Talimatı

Hemşire Gözlem Formu

Ayak Bakımı Uygulama Talimatı