Vi□t b□i Biên t□p viên
Th□ năm, 06 Tháng 6 2019 17:51 - L□n c□p nh□t cu□i Th□ năm, 06 Tháng 6 2019 18:02

Lê Th□ Thanh Hà - Khoa C□p C□u

Đái tháo đ□□ng (ĐTĐ) do tình tr□ng tăng glucose máu m□n tính, ti□n tri□n s□ gây t□n th□□ng nhi□u c□ quan trong c□ th□ nh□ tim, m□ch máu, m□t, th□n và th□n kinh, h□ mi□n d□ch…chính vì v□y ĐTĐ đ□□c coi nh□ là k□ gi□t ng□□i th□m n□ng. B□nh ĐTĐ có nhi□u bi□n ch□ng có th□ xu□t hi□n c□p tính nh□ hôn mê do tăng đ□□ng máu, ho□c h□ đ□□ng huy□t do đi□u tr□ sai d□n đ□n t□□ vong n□u không đ□□c ch□n đoán và đi□u tr□ k□p th□i, ho□c các bi□n ch□ng m□n tính nguy hi□m nh□ tăng nguy c□ nh□i máu c□ tim, tai bi□n m□ch não, t□c đ□ng m□ch chi g□p 2 – 4 l□n; b□nh lý võng m□c là nguyên nhân th□□ng g□p gây mù lòa; suy th□n . ĐTĐ là nguyên nhân hàng đ□u gây suy th□n □ b□nh nhân suy th□n đ□□c l□c máu; bi□n ch□ng th□n kinh, trong đó b□nh lý bàn chân là nguyên nhân hàng đ□u d□n t□i ph□i c□t c□t chi mà không pha□i do chấn th□□ng.



Nh□ v□y b□nh ĐTĐ làm □nh h□□ng t□i s□c kh□e, ch□t l□□ng cu□c s□ng ho□c gây tàn ph□, gi□m tu□i th□ th□m chí d□n t□i t□ vong đ□i v□i ng□□i b□nh. B□nh nhân ĐTĐ có nguy c□ t□ vong cao trên 2 l□n so v□i ng□□i không b□ ĐTĐ. Theo d□ báo c□a T□ ch□c Y t□ th□ gi□i (WHO) ĐTĐ là nguyên nhân gây t□ vong đ□ng hàng th□ 7

Là đi□u d□□ng chúng ta c□n chăm sóc và g□n gũi h□n, khuy□n khích b□nh nhân cũng nh□ gia đình h□ phát hi□n s□m b□nh cũng nh□ các bi□n ch□ng đ□c bi□t là các bi□n ch□ng v□ b□nh lý bàn chân đ□ tránh nh□ng h□u qu□ n□ng n□

Nh□ng v□n đ□ th□□ng g□p trên bàn chân ng□□i đái tháo đ□□ng

Do t□n th□□ng th□n kinh ngo□i biên và gi□m t□□i máu do x□ v□a m□ch, bàn chân b□nh nhân đái tháo đ□□ng r□t d□ b□ t□n th□□ng, viêm nhi□m nh□:

- N□m da chân: Khi đ□□ng huy□t tăng cao không ki□m soát, c□ th□ b□ suy gi□m mi□n d□ch và d□ b□ nhi□m n□m, đ□c bi□t là □ v□ trí ti□p xúc v□i n□i □m □□t, n□n đ□t b□n th□□ng xuyên nh□ bàn chân. N□m da chân, k□ chân làm cho da chân b□ đ□, ng□a và n□t da. Vi khu□n có th□ theo nh□ng k□ n□t này xâm nh□p xu□ng vùng mô bên d□□i và gây nên b□i nhi□m.
- N□m móng: Móng chân, tay b□ nhi□m n□m th□□ng b□ thay đ□i màu s□c móng (chuy□n sang màu vàng nâu ho□c tr□ng đ□c), móng dày s□ng, d□ g□y và b□ tách ra kh□i gi□□ng móng, m□t vài tr□□ng h□p móng b□ và b□ v□n. Khi mang giày bít t□t th□□ng xuyên, môi tr□□ng bên trong giày nóng □m, t□i là đi□u ki□n thu□n l□i cho n□m phát tri□n. Đi□u tr□ n□m móng khá khó khăn và th□i gian đi□u tr□ có th□ lâu h□n n□m da.
- V□t chai: Nh□ng v□t chai □ vùng lòng bàn chân xu□t hi□n trên ng□□i đái tháo đ□□ng là h□u qu□ c□a vi□c thay đ□i v□ trí ch□u áp l□c và tì đè khi c□u trúc bàn chân b□ thay đ□i. Lâu ngày vi khu□n có th□ xâm nh□p vào nh□ng t□n th□□ng da vi th□ xung quanh các v□t chai làm vùng da nhi□m trùng, ch□y m□.
- N□i ph□ng n□□c: Chân b□ ph□ng n□□c khi ng□□i b□nh đi giày, dép c□ng, kích th□□c không phù h□p nên c□ xát vào vùng da chân gây ph□ng n□□c. Ph□ng n□□c n□u không đ□□c gi□ s□ch s□, b□o v□ thì nguy c□ cao gây loét và nhi□m trùng.
- Ngón chân v□ ngoài: T□t ngón chân v□ ngoài x□y ra khi ngón chân cái b□ v□ v□ phía ngón chân tr□ t□o m□t m□m x□□ng nhô ra t□i ngón chân cái. T□t này có th□ là b□m sinh ho□c do sinh ho□t gây ra (mang giày cao gót có ph□n mũi giày quá ch□t). Khi b□ t□t này, áp l□c bàn chân b□ thay đ□i và d□n vào ngón chân cái khi□n ngón cái b□ s□ng, đau, t□y đ□.
- Da khô: Đây không ch□ là m□t trong nh□ng bi□n ch□ng th□n kinh t□ ch□ c□a đái tháo đ□□ng mà còn là h□u qu□ c□a viêm t□c đ□ng m□ch chi d□□i, gây khô da vùng thân d□□i. Da khô n□t n□ làm vi khu□n có th□ d□ dàng xâm nh□p vào mô d□□i da gây nhi□m trùng. B□n có th□ thoa kem d□□ng □m ho□c vaseline vào vùng da khô đ□ ng□a n□t da.
- Loét da: Loét da có th□ x□y ra t□i các đi□m tì đè, các v□t chai t□i lòng bàn chân t□o thành l□ đáo. Loét da trên ng□□i đái tháo đ□□ng th□□ng lâu lành, đi□u tr□ bao g□m kháng sinh (n□u có nhi□m trùng), g□t b□t vùng da chai và phòng ng□a loét tái phát b□ng các lo□i giày dép đ□c bi□t gi□m b□t áp l□c vùng b□ loét.

- Ngón chân hình búa: T□t ngón chân hình búa x□y ra khi các c□ gian c□t ph□n mu bàn chân b□ teo làm co rút các gân du□i ngón vùng mu chân, khi đó đ□u các ngón chân s□ b□ qu□m xu□ng đ□t và lâu ngày b□ loét. Ch□ tì đè đ□u các ngón chân và x□□ng đ□t bàn c□ xát th□□ng xuyên v□i giày có th□ b□ loét, n□i bóng n□□c ho□c chai.
- Bàn chân Charcot: T□t bàn chân Charcot hay còn g□i là bàn chân b□t x□y ra khi lòng bàn chân b□ m□t đ□ cong vòm sinh lý, lòng bàn chân tr□ nên ph□ng. Có nhi□u nguyên nhân gây ra t□t bàn chân Charcot; trong b□nh lý đái tháo đ□□ng, các quá trình viêm ti□n tri□n khi đ□□ng huy□t cao gây ra r□i lo□n chu chuy□n x□□ng, t□o nên các vi đ□t gãy x□□ng gan chân và lâu ngày làm s□p vòm.

Phòng ch□ng bi□n ch□ng bàn chân

- Đ□ phòng ch□ng bi□n ch□ng bàn chân, ng□□i b□nh ngoài vi□c ki□m soát t□t đ□□ng huy□t, m□ máu, b□ thu□c lá, gi□m cân (n□u th□a cân, béo phì); còn ph□i th□□ng xuyên v□ sinh, ki□m tra bàn chân nh□m phát hi□n s□m nh□ng d□ v□t, nh□ng r□i lo□n c□m giác bàn chân.
- Ng□□i b□nh ph□i đ□□c h□□ng d□n chăm sóc bàn chân, c□t móng chân không quá sát đ□ b□o v□ da ngón chân, không t□o móng qu□p. Ng□□i b□nh n□u có móng qu□p, v□t chai chân thì nên đ□n khám chuyên khoa. Các bác sĩ s□ x□ lý móng qu□p cũng nh□ v□t chai chân.
-
- Ng□□i b□nh không nên t□ c□t, đ□c bi□t là chai chân khi ch□a có h□□ng d□n nh□m tránh nguy c□ nhi□m trùng bàn chân. Khi bàn chân b□ t□n th□□ng, ngoài vi□c gi□ v□ sinh, khô ráo bàn chân, ng□□i b□nh nên đi t□t, dép tránh d□ v□t gây t□n th□□ng bàn chân (do m□t c□m giác). Ng□□i b□nh nên đi lo□i giày, dép đ□□c thi□t k□ đ□c bi□t phù h□p v□i t□n th□□ng bàn chân c□a ng□□i b□nh nh□m b□o v□ chân cũng nh□ gi□m áp l□c tì đè lên nh□ng ch□ t□n th□□ng c□a bàn chân.

Đái tháo đ□□ng (ĐTĐ) do tình tr□ng tăng glucose máu m□n tính, ti□n tri□n s□ gây t□n th□□ng nhi□u c□ quan trong c□ th□ nh□ tim, m□ch máu, m□t, th□n và th□n kinh, h□ mi□n d□ch…chính vì v□y ĐTĐ đ□□c coi nh□ là k□ gi□t ng□□i th□m n□ng. B□nh ĐTĐ có nhi□u bi□n ch□ng có th□ xu□t hi□n c□p tính nh□ hôn mê do tăng đ□□ng máu, ho□c h□ đ□□ng huy□t do đi□u tr□ sai d□n đ□n t□□ vong n□u không đ□□c ch□n đoán và đi□u tr□ k□p th□i, ho□c các bi□n ch□ng m□n tính nguy hi□m nh□ tăng nguy c□ nh□i máu c□ tim, tai bi□n m□ch não, t□c đ□ng m□ch chi g□p 2 – 4 l□n; b□nh lý võng m□c là nguyên nhân th□□ng g□p gây mù lòa; suy th□n . ĐTĐ là nguyên nhân hàng đ□u gây suy th□n □ b□nh nhân suy th□n đ□□c l□c máu; bi□n ch□ng th□n kinh, trong đó b□nh lý bàn chân là nguyên nhân hàng đ□u d□n t□i ph□i c□t c□t chi mà không pha□i do chấn th□□ng.

Nh□ v□y b□nh ĐTĐ làm □nh h□□ng t□i s□c kh□e, ch□t l□□ng cu□c s□ng ho□c gây tàn ph□, gi□m tu□i th□ th□m chí d□n t□i t□ vong đ□i v□i ng□□i b□nh. B□nh nhân ĐTĐ có nguy c□ t□ vong cao trên 2 l□n so v□i ng□□i không b□ ĐTĐ. Theo d□ báo c□a T□ ch□c Y t□ th□ gi□i (WHO) ĐTĐ là

nguyên nhân gây t□ vong đ□ng hàng th□ 7

Là đi□u d□□ng chúng ta c□n chăm sóc và g□n gũi h□n, khuy□n khích b□nh nhân cũng nh□ gia đình h□ phát hi□n s□m b□nh cũng nh□ các bi□n ch□ng đ□c bi□t là các bi□n ch□ng v□ b□nh lý bàn chân đ□ tránh nh□ng h□u qu□ n□ng n□

H1

Nh□ng v□n đ□ th□□ng g□p trên bàn chân ng□□i đái tháo đ□□ng

Do t□n th□□ng th□n kinh ngo□i biên và gi□m t□□i máu do x□ v□a m□ch, bàn chân b□nh nhân đái tháo đ□□ng r□t d□ b□ t□n th□□ng, viêm nhi□m nh□:

N□m da chân: Khi đ□□ng huy□t tăng cao không ki□m soát, c□ th□ b□ suy gi□m mi□n d□ch và d□ b□ nhi□m n□m, đ□c bi□t là □ v□ trí ti□p xúc v□i n□i □m □□t, n□n đ□t b□n th□□ng xuyên nh□ bàn chân. N□m da chân, k□ chân làm cho da chân b□ đ□, ng□a và n□t da. Vi khu□n có th□ theo nh□ng k□ n□t này xâm nh□p xu□ng vùng mô bên d□□i và gây nên b□i nhi□m.

N□m móng: Móng chân, tay b□ nhi□m n□m th□□ng b□ thay đ□i màu s□c móng (chuy□n sang màu vàng nâu ho□c tr□ng đ□c), móng dày s□ng, d□ g□y và b□ tách ra kh□i gi□□ng móng, m□t vài tr□□ng h□p móng b□ và b□ v□n. Khi mang giày bít t□t th□□ng xuyên, môi tr□□ng bên trong giày nóng □m, t□i là đi□u ki□n thu□n l□i cho n□m phát tri□n. Đi□u tr□ n□m móng khá khó khăn và th□i gian đi□u tr□ có th□ lâu h□n n□m da.

V□t chai: Nh□ng v□t chai □ vùng lòng bàn chân xu□t hi□n trên ng□□i đái tháo đ□□ng là h□u qu□ c□a vi□c thay đ□i v□ trí ch□u áp l□c và tì đè khi c□u trúc bàn chân b□ thay đ□i. Lâu ngày vi khu□n có th□ xâm nh□p vào nh□ng t□n th□□ng da vi th□ xung quanh các v□t chai làm vùng da nhi□m trùng, ch□y m□.

N□i ph□ng n□□c: Chân b□ ph□ng n□□c khi ng□□i b□nh đi giày, dép c□ng, kích th□□c không phù

h□p nên c□ xát vào vùng da chân gây ph□ng n□□c. Ph□ng n□□c n□u không đ□□c gi□ s□ch s□, b□o v□ thì nguy c□ cao gây loét và nhi□m trùng.

Ngón chân v□o ngoài: T□t ngón chân v□o ngoài x□y ra khi ngón chân cái b□ v□o v□ phía ngón chân tr□ t□o m□t m□m x□□ng nhô ra t□i ngón chân cái. T□t này có th□ là b□m sinh ho□c do sinh ho□t gây ra (mang giày cao gót có ph□n mũi giày quá ch□t). Khi b□ t□t này, áp l□c bàn chân b□ thay đ□i và d□n vào ngón chân cái khi□n ngón cái b□ s□ng, đau, t□y đ□.

Da khô: Đây không ch□ là m□t trong nh□ng bi□n ch□ng th□n kinh t□ ch□ c□a đái tháo đ□□ng mà còn là h□u qu□ c□a viêm t□c đ□ng m□ch chi d□□i, gây khô da vùng thân d□□i. Da khô n□t n□ làm vi khu□n có th□ d□ dàng xâm nh□p vào mô d□□i da gây nhi□m trùng. B□n có th□ thoa kem d□□ng □m ho□c vaseline vào vùng da khô đ□ ng□a n□t da.

Loét da: Loét da có th□ x□y ra t□i các đi□m tì đè, các v□t chai t□i lòng bàn chân t□o thành l□ đáo. Loét da trên ng□□i đái tháo đ□□ng th□□ng lâu lành, đi□u tr□ bao g□m kháng sinh (n□u có nhi□m trùng), g□t b□t vùng da chai và phòng ng□a loét tái phát b□ng các lo□i giày dép đ□c bi□t gi□m b□t áp l□c vùng b□ loét.

Ngón chân hình búa: T□t ngón chân hình búa x□y ra khi các c□ gian c□t ph□n mu bàn chân b□ teo làm co rút các gân du□i ngón vùng mu chân, khi đó đ□u các ngón chân s□ b□ qu□m xu□ng đ□t và lâu ngày b□ loét. Ch□ tì đè đ□u các ngón chân và x□□ng đ□t bàn c□ xát th□□ng xuyên v□i giày có th□ b□ loét, n□i bóng n□□c ho□c chai.

Bàn chân Charcot: T□t bàn chân Charcot hay còn g□i là bàn chân b□t x□y ra khi lòng bàn chân b□ m□t đ□ cong vòm sinh lý, lòng bàn chân tr□ nên ph□ng. Có nhi□u nguyên nhân gây ra t□t bàn chân Charcot; trong b□nh lý đái tháo đ□□ng, các quá trình viêm ti□n tri□n khi đ□□ng huy□t cao gây ra r□i lo□n chu chuy□n x□□ng, t□o nên các vi đ□t gãy x□□ng gan chân và lâu ngày làm s□p vòm.

Phòng ch□ng bi□n ch□ng bàn chân

Đ□ phòng ch□ng bi□n ch□ng bàn chân, ng□□i b□nh ngoài vi□c ki□m soát t□t đ□□ng huy□t, m□

máu, b□ thu□c lá, gi□m cân (n□u th□a cân, béo phì); còn ph□i th□□ng xuyên v□ sinh, ki□m tra bàn chân nh□m phát hi□n s□m nh□ng d□ v□t, nh□ng r□i lo□n c□m giác bàn chân.

Ng□□i b□nh ph□i đ□□c h□□ng d□n chăm sóc bàn chân, c□t móng chân không quá sát đ□ b□o v□ da ngón chân, không t□o móng qu□p. Ng□□i b□nh n□u có móng qu□p, v□t chai chân thì nên đ□n khám chuyên khoa. Các bác sĩ s□ x□ lý móng qu□p cũng nh□ v□t chai chân.

Ng□□i b□nh không nên t□ c□t, đ□c bi□t là chai chân khi ch□a có h□□ng d□n nh□m tránh nguy c□ nhi□m trùng bàn chân. Khi bàn chân b□ t□n th□□ng, ngoài vi□c gi□ v□ sinh, khô ráo bàn chân, ng□□i b□nh nên đi t□t, dép tránh d□ v□t gây t□n th□□ng bàn chân (do m□t c□m giác). Ng□□i b□nh nên đi lo□i giày, dép đ□□c thi□t k□ đ□c bi□t phù h□p v□i t□n th□□ng bàn chân c□a ng□□i b□nh nh□m b□o v□ chân cũng nh□ gi□m áp l□c tì đè lên nh□ng ch□ t□n th□□ng c□a bàn chân.