Vi□t b□i Biên t□p viên
Th□ sáu, 13 Tháng 11 2015 07:23 - L□n c□p nh□t cu□i Th□ sáu, 13 Tháng 11 2015 15:47

CN Tr□n Th□ Tuy□t - Khoa C□p C□u

I. Đ□i c□□ng:

Theo Hi□p h□i đái tháo đ□□ng Hoa K□ năm 2010, đái tháo đ□□ng (ĐTĐ) là m□t nhóm b□nh chuy□n hóa v□i đ□c tr□ng là tăng glucose máu do h□u qu□ c□a vi□c khi□m khuy□t ti□t insulin ho□c khi□m khuy□t tác d□ng insulin ho□c do c□ hai.

B□nh ĐTĐ gây nhi□u bi□n ch□ng nguy hi□m, r□i lo□n ch□c năng và suy nhi□u c□ quan, đ□c bi□t là m□t, th□n, th□n kinh, tim và m□ch máu.

M□t trong nh□ng bi□n ch□ng □nh h□□ng l□n đ□n v□n đ□ng, sinh ho□t và kh□ năng lao đ□ng c□a b□nh nhân đó là bi□n ch□ng bàn chân do ĐTĐ.

Khi có v□t th□□ng bàn chân, do không đau đ□n nhi□u nên b□nh nhân ch□ quan th□□ng t□ ch□a tr□, ch□ nh□p vi□n khi v□t th□□ng □ giai đo□n mu□n, ho□i t□ nhi□m khu□n n□ng, ch□ ch□ đ□i đ□ can thi□p ngo□i khoa.



Nh□ chúng ta đã bi□t, v□t th□□ng bàn chân □ b□nh nhân ĐTĐ có nguy c□ c□t c□t chi d□□i cao t□ 10-15 l□n so v□i ng□□i không b□ ĐTĐ. Đây là s□ ph□i h□p c□a m□t hay nhi□u y□u t□ liên quan ho□c không liên quan đ□n b□nh ĐTĐ x□y ra tr□□c đó đ□i v□i b□nh nhân nh□: T□n th□□ng th□n kinh (b□nh th□n kinh ĐTĐ), t□n th□□ng đ□ng m□ch (thi□u máu nuôi d□□ng), t□n th□□ng tĩnh m□ch sâu (viêm, huy□t kh□i tĩnh m□ch sâu chi d□□i, phù n□, loét), bi□n d□ng c□u trúc bàn chân (thay đ□i hình dáng bàn chân, thay đ□i đi□m t□a…), lo□n d□□ng (b□nh lý th□n kinh, h□ đ□□ng huy□t m□n tính, khô da), ch□n th□□ng, nhi□m khu□n… đ□□c g□i tên là B□nh lý bàn chân đái tháo đ□□ng.

V□t th□□ng bàn chân đôi khi ch□ khu trú ngoài da có v□ đ□n gi□n nh□ m□t v□t x□□c, loét nông, ti□n tri□n đ□n nhi□m trùng. N□u đ□ kháng kém, v□t th□□ng loét sâu h□n, ho□i t□ ph□n m□m lan đ□n dây ch□ng, kh□p, x□□ng, có th□ ph□i h□p b□nh lý đ□ng m□ch nói trên làm v□t th□□ng ngày càng tr□m tr□ng gây ho□i t□, thi□u máu không th□ b□o t□n đ□□c, h□u qu□ là ph□i c□t c□t chi d□□i.

Thông qua bài vi□t này, r□t mong các b□nh nhân m□c b□nh ĐTĐ và thân nhân hi□u đ□□c t□m quan tr□ng c□a vi□c t□ chăm sóc bàn chân ĐTĐ, đ□ng th□i cung c□p nh□ng ki□n th□c c□ b□n và d□ th□c hi□n nh□t cho h□ đ□ góp ph□n làm gi□m lo□i bi□n ch□ng này, giúp cho ng□□i b□nh ĐTĐ có cu□c s□ng t□t h□n.

II. M□t s□ bi□n pháp d□ phòng:

* Ngay t□ khi phát hi□n b□nh ĐTĐ, hàng ngày b□nh nhân c□n chú ý:

- Luôn gi□ bàn chân s□ch s□.

- Không nên đi chân tr□n.

- Ch□n giày dép đúng c□, d□ ch□u khi đi l□i, không mang giày dép quá ch□t.

- N□u giày m□i: nh□ng ngày đ□u không mang quá 1 gi□/ ngày.

- Ch□n giày dép lo□i da m□n, thông thoáng, có b□o v□ phía tr□□c tránh t□n th□□ng các ngón chân.

- Luôn ki□m tra m□t trong giày dép tr□□c khi mang vào, tránh m□t giày dép b□ l□i lõm.

- Nên dùng v□ b□ng v□i ho□c len đ□ bàn chân thông thoáng, không nên dùng v□ nilon. Nên thay v□ hàng ngày.

- Vào bu□i t□i tr□□c khi đi ng□:

  - R□a bàn chân v□i n□□c □m và xà phòng trung tính, lau khô.
  - N□□c r□a chân có nhi□t đ□ không quá 35 đ□ C.
  - Không ngâm chân quá 5 phút.

+ Tìm ki□m các v□t n□t trên da, v□t c□t, v□t ph□ng, nh□ng ch□ thâm, nh□ng ch□ đau. Đi□u này đ□c bi□t quan tr□ng □ ng□□i cao tu□i ho□c ng□□i b□ b□nh lâu ngày (bi□n ch□ng th□n kinh ngo□i biên) r□t khó phát hi□n nên đòi h□i ph□i c□n th□n và t□ mĩ.

+ L□u ý vùng da b□ tăng s□ng hóa: N□u nh□, da khô và bong v□y có th□ bôi Lanolin (n□u da m□ng). N□u da dày quá thì ngâm n□□c □m có xà phòng, g□t nh□ cho da m□ng d□n, n□u không s□ có nguy c□ t□o v□t n□t da, thu□n l□i cho b□i nhi□m v□ sau.

+ Tránh b□ v□y m□c.

+ Gi□ s□ch và khô các k□ ngón chân.

+ N□u bàn chân □m, nên r□c b□t thu□c có ch□a d□n xu□t Imidazol đ□ phòng n□m k□ chân.

+ C□m nh□n s□ thay đ□i nhi□t đ□ trên da đ□ phát hi□n t□n th□□ng khu trú.

+ Tránh đ□ da b□ khô. Nên gi□ da m□m m□i b□ng cách: sau khi t□m, thoa ngay các lo□i d□u (d□u d□a, d□u mè, vaselin…) không dùng ph□n talc.

+ Tránh đ□a bàn chân g□n l□a, nh□t là v□ mùa l□nh vì d□ b□ b□ng.

+ C□t móng chân đúng cách: c□t ngang móng m□t đ□□ng th□ng song song v□i b□ ngoài ngón chân, dũa các rìa s□c b□ng dũa gi□y. Không c□t móng chân nh□n quá ho□c sâu quá.

+ Khi làm móng chân c□n chú ý đ□n khâu v□ sinh và vô trùng.

- T□p th□ d□c bàn chân:

- Đi b□ m□i ngày t□ 30 đ□n 60 phút, chú ý b□nh nhân tăng huy□t áp và b□nh m□ch vành đi kèm.
- Lăn bóng b□ng 2 bàn chân v□i qu□ bóng tennis khi ng□i xem ti vi vào bu□i t□i giúp đi□u hòa h□ th□ng m□ch máu 2 bàn chân.
- Đ□ng lên và ng□i xu□ng t□i ch□, tay d□a vào thành gh□ 10 đ□n 20 l□n m□i ngày, sau đó tăng d□n s□ l□n.
- Kê bàn chân cao h□n đ□u kho□ng 15-20 cm khi n□m.

- Tránh m□t s□ y□u t□ nguy c□ ph□i h□p:

- Hút thu□c lá.
- Tăng cân quá m□c.
- Ít v□n đ□ng.
- Ki□m soát đ□□ng máu và r□i lo□n lipid máu kém.

- Loãng x□□ng, nh□t là tu□i mãn kinh.
- Chích l□, châm c□u không đ□m b□o vô trùng.

III. Chăm sóc v□t th□□ng bàn chân đái tháo đ□□ng:

- Khi có v□t th□□ng, nên ngh□ ng□i và b□t đ□ng chi b□ t□n th□□ng b□ng d□ng c□ ch□nh hình.

- Đ□p v□t th□□ng b□ng g□c t□m n□□c mu□i sinh lý 2 l□n/ngày, m□i l□n kho□ng 15 phút giúp v□t th□□ng s□ch và d□ phòng b□i nhi□m. Có th□ thay b□ng x□t dung d□ch Chlorhexin Gluconate 15ml vào v□t th□□ng ngày 2 l□n, m□i l□n 15 phút.

- Có th□ bôi m□ kháng sinh (Polysporin) vào v□t th□□ng sau khi đã r□a s□ch nh□ trên.

- Băng v□t th□□ng b□ng g□c không dính hay b□ng màng t□ng h□p nh□: Vigilon ho□c Duoderm giúp v□t th□□ng mau lành. Có th□ băng g□c t□m d□u mù u vào v□t loét.

- Tránh dùng các ch□t kh□ trùng m□nh và thu□c t□y r□a nh□ Oxy già, c□n Iod đ□m đ□c không pha loãng. Tránh dùng các thu□c sát trùng có màu làm khó theo dõi, đánh giá màu s□c da.

- H□n ch□ các ch□t làm se da nh□: Aloplastine hay B□c Nitrate.

- Hi□n nay khuy□n cáo đ□ h□ v□t th□□ng, đ□p dung d□ch l□ng vào v□t th□□ng giúp nhanh lành.

- Tiêm ng□a huy□t thanh kháng u□n ván.

- Dùng kháng sinh toàn thân (đ□□ng u□ng ho□c tiêm)

- Theo dõi sau 3-5 ngày n□u v□t th□□ng không c□i thi□n thì nên đi khám bác s□ chuyên khoa.

IV. Đánh giá v□t th□□ng bàn chân:

1. Phân bi□t lo□i t□n th□□ng:

Loét do bệnh lý thần kinh	Do bệnh lý thần kinh-mạch máu
Không đau vết thương	Đau vết thương và bàn chân
Bắt mạch bàn chân bình thường	Mạch bàn chân yếu hoặc mất
Định vị chủ yếu gan bàn chân	Định vị mép bàn chân, ngón chân
Hiện tượng chai chân	
Mất cảm giác (đau, nhiệt)	Mất cảm giác sờ rung
Tăng lưu lượng máu ở vùng xa	Giảm lưu lượng máu đến vùng bàn chân
Da hồng và nóng	Da bàn chân lạnh và tái
Tăng lưu lượng tuần hoàn chung	Có bệnh lý mạch máu đi kèm (mạch vành, mạch máu não)
Khả năng lành vết thương cao	Nguy cơ cắt cụt chi cao

2. Phân lo□i v□t th□□ng bàn chân □ b□nh nhân ĐTĐ: (Theo D.J. Armstrong 1998)





Độ Giai đoạn	O	I	II	III
A	0	0	0	0
B	12,5%	8,5%	28,6%	92%
C	25%	20%	25%	100%
D	50%	50%	100%	100%