

## ***i tuoi piedi in buone mani***

Dr.ssa Chiara Stefanelli



Laureata in Podologia con il massimo dei voti presso l'Università degli Studi di Milano, ha frequentato un tirocinio formativo presso l'Ospedale Maggiore Policlinico di Milano, l'Istituto Ortopedico Galeazzi e

l'Istituto di cura Città di Pavia; frequenta il Master in 'Posturologia Clinica' dell'Università degli Studi di Pisa e collabora come consulente volontario presso l'ASST Ospedale di Sondrio, reparto "Piede Diabetico".



**ASSOCIAZIONE DIABETICI  
PROVINCIA SONDRIO**

Piazzale Valgoi, 12, 23100 Sondrio SO

Tel. 0342 512444

## **IL PIEDE DIABETICO**



***in collaborazione con la  
Dr.ssa Chiara Stefanelli***

## IL DIABETE

Il diabete mellito è una patologia dismetabolica che si manifesta con un aumento di glicemia nel sangue, secondario a carenza assoluta o relativa di insulina.

## IL PIEDE DIABETICO

Per 'Piede diabetico' s'intende un piede con *alterazioni anatomico-funzionali*, determinate dall'arteriopatia occlusiva periferica e/o dalla neuropatia periferica; si intende anche il *piede ulcerato e/o infetto*, ma anche il piede privo di lesioni a rischio di ulcerazioni.

*il 30% dei malati diabetici soffre della complicanza del Piede diabetico e il 15% di essi è affetto da ULCERE.*

## 10 CONSIGLI UTILI

1. Ispezionare, lavare e asciugare ogni giorno i piedi
2. Controllare che la temperatura dell'acqua non sia troppo elevata
3. Usare calze di cotone che non stringano e cambiarle giornalmente
4. Idratare il piede con creme specifiche per evitare fissurazioni e ferite
5. Non usare callifugo o strumenti taglienti per le callosità
6. Non camminare a piedi scalzi
7. Non utilizzare fonti di calore dirette
8. Utilizzare calzature idonee al proprio piede
9. Controllare le scarpe prima di indossarle
10. Rivolgersi al Medico e al Podologo di fiducia.

## COSA RISCHI

Lesioni, ulcerazioni, infezioni, gangrena, amputazioni.



## RUOLO DEL PODOLOGO

### - *Screening del piede*

1. Valutazione iniziale del diabete e compilazione della cartella clinica
2. Valutazione della biomeccanica
3. Valutazione delle condizioni di trofismo cutaneo
4. Valutazione di una neuropatia o vasculopatia
5. Valutazione delle aree a rischio
6. Valutazione delle calzature impiegate

### - *Prevenzione delle complicanze*

### - *Trattamento*

### - *Educazione sanitaria*