

我該怎麼做才能降低發生問題的風險？

- ❖ 您應該參加與糖尿病足部專科服務的成員的預約。
- ❖ 如果您已獲得處方鞋，那您只能穿這鞋子。處方鞋可以降低潰瘍的風險，但不能完全消除。
處方鞋可以降低潰瘍和截肢的風險，但不能完全消除。

怎麼做能幫助我的病情？

您應該遵循您被給予的醫療建議。您要盡量減輕自己的體重給予雙腳的負荷。在沒有得到適當的治療的情況下，夏柯氏足能導致行動困難。

以下建議將幫助您管理您的病情。

- ❖ 遵循過去的建議，控制糖尿病。
- ❖ 在每次和足部專業服務部門預約之間不斷檢查雙腳。
- ❖ 遵循您被給予的護理和建議，保護好您的夏柯氏足。
- ❖ 確保穿合腳的鞋子，否則會使另一隻腳承受更大的壓力，這會導致進一步的問題。
- ❖ 您可以從糖尿病足部專科服務中獲得有關負重的建議，以及拐杖，手杖和輪椅等有助於減輕腳部負重的輔助工具。

您的糖尿病足部專業服務可以為您提供支持，幫助管理好您的夏柯氏足，提供建議並回答您可能遇到的任何問題。

當您的病情穩定下來

即使經過適當的治療，您的足部形狀仍可能有一些變化。如果您需要處方鞋和鞋墊，您需要定期與足科醫生進行檢查，也可能需要接受矯形醫師的專業培訓。

個人建議

本地聯繫電話

多學科足部護理團隊：

足病科或足部保護隊：

家庭醫生門診部：

本宣傳單適用於所有診斷為糖尿病的人，包括12歲以上的兒童。

根據蘇格蘭糖尿病組 - 足部行動小組製作的原始傳單，在服務使用者的幫助下。由足病學院所有©發佈日期：2018年3月，複查日期：2023年3月。我們歡迎您對本傳單提出反饋意見。請通過footlit@scpod.org將其發送到足病學院
www.feetforlife.org/footcareleaflets

MLT.CHACOT.18.08828

Traditional Chinese



給予夏柯氏足的照料建議，可減少截肢的風險

糖尿病信息和建議，幫助保護您的生命和肢體

Advice for looking after your charcot foot to reduce the risk of amputation

Diabetes information and advice to help protect your life and limbs.



什麼是夏柯氏足？

夏柯氏足是一種非常嚴重的糖尿病並發症，如果您的腳部有神經損傷（周圍神經病變）可能會出現這種並發症。

夏柯氏足應由有糖尿病足並發症經驗的醫務人員管理。您應該被轉介給具有技能和經驗的足病醫生，為您提供最合適的治療，並且與多學科團隊取得溝通。

夏柯氏足可以使您的腳骨變得脆弱，這意味著即使沒有受到嚴重傷害，它們也很容易破碎或脫位。大多數患者根本不記得他們的腳有受過傷。如果您的腳部神經已經受損，您可能仍然可以在受傷後行走，而沒有疼痛的感覺。如果發生這種情況，您的腳可能會嚴重變形。您的腳的形狀將不會恢復正常，以後很難找到合腳的鞋子。所以及早發現問題並獲得專業幫助是非常重要的。

注意：腳部形狀的任何變化都會增加足部潰瘍的風險。

無論有沒有帶有潰瘍的夏柯氏足都是一種非常嚴重的並發症，因為它與心臟病發作，中風，足部或腿部截肢以及早期死亡的風險增加有密切的關係。

控制您的糖尿病，膽固醇和血壓，戒煙，增加心血管鍛煉和控制體重都有助於降低這些生命和肢體威脅問題的風險。

患有夏柯氏足的人士需要向他們的糖尿病小組詢問非負重的心血管鍛煉，以免進一步損害受損的足部。注意：如果您有心臟病家族史，您可能會進一步面臨心血管疾病的風險。

如果您出現以下任何問題，請務必盡快（24小時內）聯繫您的多學科足部護理團隊，當地足病部門或全科醫生尋求建議。

- ❖ 腳或腳趾有發紅，發熱和腫脹的現象
- ❖ 皮膚出現新的裂口或傷口
- ❖ 腳趾或腳部出現新的紅腫或褪色現象
- ❖ 腳部有新的或無法解釋的疼痛

如果您發現皮膚或水疱有任何破裂，請用無菌敷料覆蓋。不要爆裂水疱。

如果沒有獲得到多學科足部護理團隊，家庭醫生或足病科的建議，並且24小時內沒有足部治愈跡象，請帶同此單張前往當地的急診室。

我怎麼知道我是否患有夏柯氏足？

夏柯氏足的早期跡像是腳部或腳踝受影響部位出現腫脹和發熱。可能會有一些發紅，有時會被誤認為是感染。通常沒有疼痛（因為神經損傷），但情況並非總是如此。在大多數情況下，只有一隻腳受到影響。然而在罕見的情況下，也會出現有雙腳在不同時間發展成夏柯氏足的現象。如果沒有及早得到適當的治療並繼續使用雙腳走路，您的腳可能會變形。

誰治療我的腳？

理想情況下，您的夏柯氏足應由專業的糖尿病足部服務進行治療和處理。這可以由各種專業保健人員或具有治療這種病症經驗的個人組成。

我的治療目標是什麼？

治療夏柯氏足有三個重要目標。

- ❖ 防止永久性的足部變形
- ❖ 防止將來再出現問題
- ❖ 減少四肢和生命的風險。

治療包括什麼？

唯一有效的治療方法是減輕腳上的重量或壓力，以防止關節移動或腳變形。這是通過某種形狀的模型來實現的（與斷骨時用的模型是相同的）。您穿此模具的時間要比沒有患糖尿病但受到同樣傷害的人長三倍。您接受的治療將取決於您當地專科糖尿病足部服務選取的治療方法。

治療方案

- ❖ 石膏模型，您的醫療保健專業人員將定期複查並在需要時進行更改
- ❖ 帶有處方鞋墊的模型，此模型要由您的專業醫療保健人員定期複查
- ❖ 您需要與專科糖尿病足部服務成員定期預約，以檢查您的足部溫度
- ❖ 需要時您要接受X光檢查

這些治療夏柯氏足的方法已經有了事實證明是成功的，但需要密切跟從您被給予的建議。

