



Patienteninformationen

Risikochek – Gesunde Füße bei Blutzuckerkrankheit

Fuß-Check auf Diabetische Polyneuropathie

Bin ich gefährdet?

Prüfen Sie selbst Ihr Risiko: Widmen Sie Ihren Füßen Aufmerksamkeit. Beobachten Sie genau Ihre möglicherweise mit dem Diabetes zusammenhängenden Beschwerden. Nervenschädigungen und Durchblutungsstörungen sind Risiken für ein Diabetisches Fußsyndrom.

Der Risiko-Check










Eine **Nervenschädigung** kann bestehen, wenn Sie diese Fragen mit „ja“ beantworten müssen:

- ja nein
- Spüren Sie manchmal ein Taubheitsgefühl oder ein „Kribbeln“ in den Füßen?
 - Haben Sie eine Gangunsicherheit („gehen wie auf Watte“) bemerkt?
 - Wird die Haut immer trockener und rissiger?
 - Spüren Sie ein „Brennen“ in den Füßen – besonders in Ruhe?
 - Sind Zehen und Gelenke zunehmend unbeweglich (Schwellungen, Steifheitsgefühl)?
 - Haben Sie Schmerzen in den Beinen im Ruhezustand, die durch Bewegung gelindert werden?



Arterielle Verschlusskrankheit - Check auf Durchblutungsstörungen

Das Risiko für eine **Durchblutungsstörung** besteht bei folgenden Beschwerden:

- ja nein
-   Haben Sie manchmal kalte, bläuliche Füße?
-   Treten Schmerzen oder Wadenkrämpfe beim Laufen schon nach kurzer Gehstrecke auf, die durch Stehenbleiben besser werden („Schaufensterkrankheit“)?
-   Hatten Sie bereits Gefäßprobleme in der Vergangenheit (koronare Herzerkrankung, Herzinfarkt, Schlaganfall)?
-   Beobachten Sie zuweilen schlecht heilende Wunden, auch bei Bagatellverletzungen?
-  Außerdem ist das Risiko für eine Durchblutungsstörung erhöht, wenn Sie rauchen, unter einer Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin) und/oder Bluthochdruck leiden.

Wenn Sie **zwei der Fragen** im Risiko-Check mit **ja** beantworten oder das aufgrund eingeschränkter Empfindungen nicht kontrollieren können, **besteht ein erhöhtes Risiko für ein Fußproblem.**



Symptom-Check

Kribbeln, Brennen, Taubheitsgefühl oder Schmerzen in den Füßen?

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen über das Gefühl in Ihren Beinen und Füßen.
Kreuzen Sie Ja oder Nein an, je nachdem, wie Sie sich normalerweise fühlen.

1. Fühlen sich Ihre Füße und/oder Beine taub an?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
2. Spüren Sie ein Brennen in Ihren Füßen und/oder Beinen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
3. Reagieren Ihre Füße oder Beine sehr empfindlich auf Berührungen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
4. Spüren Sie ein Kribbeln in Ihren Füßen und/oder Beinen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
5. Empfinden Sie die Berührung Ihrer Bettdecke als schmerzhaft?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
6. Können Sie manchmal heißes und kaltes Wasser nicht unterscheiden? (z.B. in der Badewanne oder unter der Dusche)	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
7. Haben oder hatten Sie schlecht heilende Wunden an Ihren Füßen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
8. Werden Ihre Symptome nachts oder wenn Sie sich ausruhen schlimmer?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
9. Ist Ihre Haut an den Füßen trocken, sodass offene Risse entstehen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
10. Hatten Sie jemals eine Amputation an den Füßen oder Beinen?	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein

Auswertung Ihres Tests:

Bitte beachten: Das Testergebnis ist eine erste Einschätzung Ihrer Symptome und kann eine Untersuchung oder Diagnosestellung durch die Ärztin/den Arzt nicht ersetzen!

Zählen Sie die Häufigkeit der „Ja“-Antworten und tragen Sie die Anzahl in das Kästchen rechts unten ein. Geben Sie den ausgefüllten Symptom-Check Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

„Ja“-Antworten: _____

>1 Ja-Antwort: Sie haben Beschwerden, die auf eine Neuropathie (Nervenschädigung) hinweisen könnten.

Bitte übermitteln Sie dieses Dokument unbedingt Ihrer behandelnden Ärztin/ Ihrem behandelnden Arzt und sprechen Sie mit ihr/ihm darüber.



Ein Service von

