

华府首创的华裔老人日间健康护理中心

Sevita RAINBOW Adult Day Health Care Center 彩虹老人日间健康护理中心

地址: 8400 Helgerman Ct, Gaithersburg, MD 20877

彩虹宗旨

真心对待 细心照顾
耐心辅导 热心员工



- 💡 隶属全美最大的医疗护理机构,正规化、现代化、人性化的管理模式。
- 💡 拥有华人优良传统,积累了十七年专业管理经验和细心的工作人员。
- 💡 完善的医护服务:预约医生,问诊,跟踪健康状况及安排交通接送。
- 💡 在营养师的指导下提供营养美味的早餐、午餐及点心。
- 💡 协助申请各项老人福利(包括Medicaid和Medicare)。
- 💡 提供有趣的室内外娱乐及购物活动和中美两国传统节日庆祝活动。
- 💡 全新装修,安全舒适卫生的活动环境。



加入我们吧

彩虹这头是您
期待已久的幸福

衷心感谢华府地区的华裔老人的支持!

在新的一年里我们推出全新打造的彩虹老人日间健康护理中心!

欢迎您来电咨询: 301-987-8889

发现高血糖及时治疗,别等出现5类症状再去治,小心糖尿病足溃疡



糖尿病已经成为一种普遍存在的慢性疾病,影响着全球数亿人的生活。而其中,糖尿病足溃疡作为糖尿病最严重且常见的并发症之一,不仅增加了患者的痛苦和经济负担,还可能威胁到生命。据统计,约有15%至25%的糖尿病患者在其一生中会经历足部溃疡的问题。

什么是糖尿病足溃疡?

糖尿病足溃疡是指由于长期高血糖对血管和神经系统的损害,导致下肢血液循环不良和感觉丧失,从而引起的皮肤破损难以愈合的现象。这些溃疡通常出现在脚趾、足底或脚踝周围,初期可能是轻微的伤口或水泡,但若不及时处理,可能会迅速恶化,形成深度溃疡甚至引发感染,最终需要截肢来挽救生命。

糖尿病足溃疡的风险因素

1. 高血糖:持续的高血糖水平是导致糖尿病足溃疡的主要原因。它会损伤小血管,减少血液流向足部,同时也会削弱免疫系统,使得身体更难对抗感染。

2. 神经病变:糖尿病引起的周

围神经病变会导致足部失去痛觉和其他保护性感觉,患者可能无法察觉到受伤或压力点的存在,进而导致溃疡的发生。

3. 循环障碍:动脉硬化等血管问题会影响足部的血液供应,增加溃疡的风险。

4. 足部结构异常:如扁平足、锤状趾等,这些情况会改变足部的压力分布,造成局部受压过大。

5. 不良的生活习惯:吸烟、饮酒以及缺乏运动都会加重病情的发展。

6. 年龄增长:随着年龄的增长,皮肤变得更加脆弱,自我修复能力下降。

糖尿病足溃疡的症状表现

糖尿病足溃疡的症状表现多种多样,主要包括以下几个方面:

1. 皮肤组织变黑:如果糖尿病患者未得到及时有效治疗,可能会使局部的血管发生堵塞,导致皮肤组织变黑。

2. 疼痛:病情相对比较严重时,可能会使局部的神经受到压迫或损伤,从而出现隐隐作痛、局部麻木或针刺感的症状。

3. 感觉异常:由于神经病变的影响,患者可能无法感受到足部的

疼痛、压力和温度变化,从而出现感觉异常的情况。

4. 肢端皮肤发凉:血液循环不畅可能导致肢端皮肤发凉。

5. 间歇性跛行:下肢血管狭窄可能影响到下肢的血液循环,导致间歇性跛行。

糖尿病足溃疡的预防措施

面对糖尿病足溃疡的严重威胁,预防显得尤为重要。以下是一些有效的预防措施:

1. 良好代谢管理:

血糖管理:对于糖尿病足患者,应主动进行血糖控制,使用胰岛素或其他降糖药物,保持血糖稳定。

定期检查:每天检查足部皮肤是否完整,有无破口、红肿、温度变化或感觉异常,发现异常及时就医。

2. 选对鞋袜:

避免穿高跟鞋、尖头鞋等不适合的鞋子,选择透气性好、舒适宽松、弹性好的鞋袜。

每天都要检查鞋内有无砂粒等异物,以减轻足部压力,减少溃烂几率。

3. 保护足部皮肤:

避免长时间泡脚、使用热水袋等可能导致烫伤的行为。

保持足部皮肤清洁干燥,修剪指甲时避免剪得过短及有倒刺,以减少皮肤破损和感染的风险。

使用温和的清洁剂和润肤霜,使足部皮肤保持健康状态。

4. 避免外伤:

在户外活动时,注意保护足部,避免赤足行走,以免引发感染。

糖尿病足溃疡的治疗方法

糖尿病足溃疡的治疗需要根据溃疡的严重程度进行针对性治疗,包括药物治疗、手术治疗以及改善血液循环等综合措施。

1. 伤口清创治疗:如果患者出现了足溃烂的情况,应及时对伤口进行清创处理。就医后,遵医嘱使用碘伏、生理盐水等对伤口局部进行消毒,去除坏死组织,防止感染扩散。

2. 抗感染治疗:溃疡部位很容易导致细菌进入,引起感染。所以需要进行抗感染治疗,患者可以在医生的指导下使用青霉素V钾片、阿莫西林颗粒等药物进行治疗。

3. 降血糖治疗:由于足溃疡是糖尿病引起的,所以主要还是需要针对原发疾病进行治疗。患者可以在医生的指导下使用门冬胰岛素注射液、德谷胰岛素注射液等药物进行治疗,以控制血糖水平。

4. 改善血液循环:糖尿病患者改善血液循环对于防治糖尿病足溃疡至关重要。可以通过药物治疗如硝酸甘油等扩张血管的药物,增加足部的供血量。

物理治疗如红外线照射、超声波治疗等,则可以利用物理作用促进血管舒张,加速血液循环。

5. 手术治疗:在某些严重情况下,可能需要手术处理溃烂部位。手术介入的决定应由医生来进行评估,根据具体情况选择最合适的治疗方法。手术通常包括清创、截趾、创面修复、植皮、截肢术等,目

的是将坏死的组织切除,减少感染,促进伤口愈合。

糖尿病足溃疡的康复护理

糖尿病足溃疡患者在接受治疗后,康复护理同样重要。以下是一些康复护理的建议:

1. 保持伤口清洁:患者在医生指导下进行换药,保持伤口干净、干爽,防止感染。

2. 定期随访:定期进行复查,观察病情变化,及时调整治疗方案。

3. 合理饮食与运动:保持均衡的饮食,适当摄入富含维生素、蛋白质等营养物质的食物,如蔬菜、水果、瘦肉等。

4. 适当进行有氧运动,如散步、慢跑等,有助于促进血液循环,增强体质。

5. 心理支持:患者在面临手术治疗和康复过程时,可能会产生焦虑、恐惧等负面情绪。此时,需要家人和医护人员的心理支持,帮助患者保持积极的心态,配合治疗。

糖尿病足溃疡虽然可怕,但它并非不可战胜。通过积极的生活方式改变、严格的血糖管理和细心的足部照料,我们可以大大降低发生率及其带来的危害。

