# Medizinische Fusspflege (Podologie) : für Diabetiker/innen manchmal lebenswichtig : mit gesunden Füssen mobiler durchs Leben

Autor(en): **Gabriel, Cécile**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **10 (2002)**

Heft 2

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-818386

**Nutzungsbedingungen**

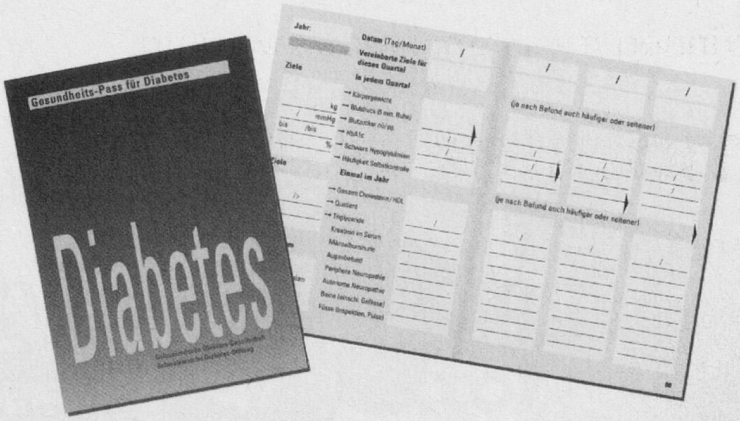
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**




**Nützlich: Diabetes-Pass**
Der Diabetes-Pass ist ein Dokument, in das sämtliche persönlichen Daten zum Diabetes eingetragen werden können. Er ist erhältlich bei der Schweizerischen Diabetes-Stiftung in Steinhausen oder bei den regionalen Diabetes-Gesellschaften. Die in diesem Pass vorgeschlagenen Untersuchungen (beim Augenarzt, Nierenfunktionskontrollen, Fussinspektion) dienen dazu, die Folgeschäden von Diabetes zu verhindern, frühzeitig zu erkennen, rechtzeitig zu behandeln und gezielt zu überwachen.

**Schweizerische Diabetes-Gesellschaft**
Lokale Diabetes-Gesellschaften vermitteln vertieftere Informationen, haben Tipps und Tricks für die Gestaltung des Alltags und verhelfen zu Kontakten mit anderen Diabetiker/innen. Mitglieder profitieren von den Dienstleistungen, besuchen Vorträge, Tagungen und Selbsthilfegruppen. Zudem erhalten sie die Mitgliederzeitschrift, das D-Journal, sechsmal pro Jahr. Das Abonnement ist im Mitgliederbeitrag inbegriffen.

**Ausweis nicht vergessen**

Wer blutzuckersenkende Tabletten einnehmen muss oder Insulin spritzt, sollte immer den Diabetikerausweis sowie Traubenzucker auf sich tragen.

## Kontakte

**Diabetes-Beratung Kantonsspital Winterthur**
Brauerstrasse 15
8401 Winterthur
Telefon 052 266 23 19 oder 052 266 23 25
Fax 052 266 20 43
E-Mail: elsbeth.girsperger@ksw.ch

**Zürcher Diabetes-Gesellschaft**
Hegarstrasse 18
Postfach 1009
8032 Zürich
Telefon 01 383 00 60
Fax 01 383 06 92
E-Mail: zuerich@diabetesgesellschaft.ch
Internet: www.zdg.ch

**Schweizerische Diabetes-Gesellschaft**
Generalsekretariat
Rütistrasse 3 A
5400 Baden
Telefon 056 200 17 90
Fax 056 200 17 95

Medizinische Fusspfleg

# Mit gesun

**Da die Blutzirkulation vermindert, das Schmerzempfinden meistens herabgesetzt und das Infektionsrisiko bei schlecht eingestellten Diabetikern erhöht ist, sollten deren Füsse von Podologinnen und Podologen behandelt werden. Im Gegensatz zur Pédicure, der kosmetischen Fusspflege, wird die Podologie ausschliesslich von medizinischen Fachpersonen angeboten. Pro Senectute Kanton Zürich bietet auf dem ganzen Kantonsgebiet entsprechende Dienstleistungen in lokalen Podologiestützpunkten an.**

* Cécile Gabriel

**Podologie bei Pro Senectute Kanton Zürich**

Pro Senectute Kanton Zürich bietet seit 1987 medizinische Fusspflege (Podologie) an. Die Behandlungen beugen eingewachsenen Nägeln sowie Geschwüren (Ulcus) vor und können älteren Personen helfen, wieder ohne Schmerzen zu gehen. Freude an der Bewegung und Selbstständigkeit bleiben so länger erhalten. Die Dienstleistung steht allen Personen ab dem 60. Altersjahr zur Verfügung.

Als «diabetischer Fuss» wird eine mögliche Spätkomplikation von Diabetes bezeichnet. Dabei handelt es sich um eine Kombination von Durchblutungsstörungen und neuropathischen Veränderungen am Fuss, die zu Geschwüren, In-

e (Podologie): für Diabetiker/innen manchmal lebenswichtig

# den Füssen mobiler durchs Leben

fektionen und im schweren Fall gar zur Amputation führen können. Damit ist der «diabetische Fuss» nicht nur die teuerste der möglichen Spätfolgen des Diabetes mellitus, er verursacht auch grosses Leid. Dabei könnten durch einfache präventive und frühe therapeutische Massnahmen etwa 80 Prozent der Amputationen im Bereich von Fuss und Unterschenkel, vermieden werden! 85 Prozent aller Amputationen bei Diabetiker/innen geht ein Geschwür (Ulcus) im Bereich der Füsse voraus. Und vier von fünf Ulcera entstehen nach einer (oft nur geringfügigen) Verletzung.

FOTO PRO SENECTUTE KANTON ZÜRICH

Podologinnen von Pro Senectute Kanton Zürich: Medizinische Fachpersonen beraten, beobachten und behandeln pflegebedürftige Füsse von älteren Menschen.

**Weshalb ausgebildetes Fachpersonal?**

Podologie ist die medizinische Fusspflege. Die Podologin hat eine dreijährige Ausbildung absolviert und erlangt nach bestandener Abschlussprüfung die Bewilligung der Gesundheitsdirektion, ihre Tätigkeit auszuüben. Podologinnen sind berechtigt, krankhafte Haut- und Nagelveränderungen an den Füssen zu behandeln.

Die kosmetische Fusspflege (Pédicure) hingegen kann in wenigen Wochen erlernt werden. Allerdings darf sich das Angebot der Pédicure nur auf das Schneiden «gesunder» Nägel, das Auftragen von Lack und Abfeilen von Hornhaut beschränken. Nicht wenige Fusspfleger/innen führen trotz fehlender Bewilligung podologische Behandlungen durch, was oft zu zweifelhaften Resultaten führt.

**Was kann man selbst zu Hause tun?**

**Selbstinspektion**

Die Selbstinspektion des Fusses soll mithelfen, grössere Wunden zu verhindern, und sollte täglich durchgeführt werden.

**Schutz vor Verletzungen**

Mit Schuhen und Strümpfen sollten die Füsse vor Verletzungen geschützt werden. Diabetiker/innen sollten immer geschlossene Schuhe tragen – und neue Schuhe nur wenige Stunden am Tag.

**Kontrolle**

Diabetiker/innen sollten täglich ihre Füsse kontrollieren und auf Blasen, Hornhaut, Druckstellen und andere Hautveränderungen achten.

* Cécile Gabriel, Winterthur, ist ausgebildete medizinische Podologin und Mitarbeiterin von Pro Senectute Kanton Zürich.

## Das Netz der Behandlungsorte von Pro Senectute Kanton Zürich

Anmeldungen werden unter folgenden Nummern entgegengenommen:

| | Telefon | | Telefon | | Telefon |
|---|---|---|---|---|---|
| Äsch/Forch | 01 980 07 64 | Gossau | 01 935 43 92 | Rümlang | 01 817 12 60 |
| Affoltern a.A. | 01 761 61 75 | Grüningen | 01 935 11 29 | Schlieren Büelhof | 01 730 36 39 |
| Bachenbülach | 01 860 85 87 | Herrliberg | 01 915 08 15 | Schlieren Zelgli | 01 731 00 45 |
| Brütten | 052 345 26 91 | Hinwil | 01 938 32 32 | Seegräben | 01 932 10 32 |
| Bubikon | 055 243 16 46 | Hombrechtikon | 055 254 31 11 | Stadel | 01 858 09 80 |
| Bülach | 01 860 54 54 | Kleinandelfingen | 052 317 13 20 | Tann | 055 250 81 11 |
| Dübendorf | 01 802 83 00 | Kloten | 01 804 20 20 | Uetikon a.S. | 01 920 34 34 |
| Effretikon | 052 355 19 90 | Küsnacht | 01 913 21 11 | Uitikon Waldegg | 01 405 61 36 |
| Eglisau | 01 867 04 00 | Männedorf | 01 920 44 49 | Uster | 01 905 11 11 |
| Ellikon a.d. Thur | 052 375 14 53 | Meilen | 01 923 22 76 | Volketswil | 01 945 47 25 |
| Esslingen | 01 986 22 11 | Mönchaltorf | 01 948 05 65 | Weiningen | 01 752 17 17 |
| Fällanden | 01 825 32 33 | Oberstammheim | 052 745 21 26 | Zollikerberg | 01 391 31 48 |