



慎防糖尿病併發 糖尿足

個案研究

梁伯伯患有糖尿病已18年，他亦因此病而導致神經觸感敏感度降低，並有麻痺的感覺。由於家庭經濟環境所限，他較忽視自己腳部的護理。即使是鞋的尺寸不適合、破損或不舒適亦不加理會。正當梁先生以為其糖尿病病情已告穩定，他發現當剪趾甲和走路久了，腳部會特別容易磨損及發炎。最初他以為自己只是患上一般皮膚病，如香港腳或灰甲等，只於坊間買一些藥膏塗抹便算。可是梁先生腳部潰爛情況越來越嚴重。經醫生診斷後，證實患上了糖尿足。可惜發現得太遲，潰瘍已到達小腿，要進行肢體切除手術以保性命。



撰文：
香港大學醫學院
骨科學系副教授
葉永玉醫生

發症之一。現時全球約有1.2億名糖尿病患者，估計約有4%至10%為糖尿足病患者。就香港數據而言，本港約有60萬人患有糖尿病，佔本港人口的10%，其中糖尿足病患者與其他地區相若，佔糖尿足病患者約4%至10%。

根據瑪麗醫院2000年數據顯示，最常見的糖尿足問題包括：

- 足潰瘍 (35%)
- 趾甲病患 (24%)
- 雞眼與厚繭 (17%)
- 感染與壞疽 (11%)

一成糖尿病患者有糖尿足

糖尿病是香港主要疾病之一，其成因是由於體內胰島素分泌不足，令葡萄糖不能進入細胞而積存在血液內，形成血糖過高，並隨尿液排出，形成糖尿病。糖尿足是糖尿病所引發的併



醫生用超聲波儀器測量腳底下的皮膚厚度。

由於高血糖會影響病人的觸感神經，令患者無法感覺外界的刺激。糖尿病可引致嚴重的併發症如足部潰瘍。

傷口擴散腳掌 嚴重或須切除

使病人對足部的損傷未能及時發現和處理，導致細菌感染或潰爛，即使小傷口潰瘍也會擴散腳掌及小腿，最終可能須把受感染肢體切除，否則可導致有生命危險，情況是不可忽視。據瑪麗醫院1999年資料顯示，共有12位病人需要接受肢體切除手術。

目前，最普遍引致糖尿足的高危因素包括以下幾個：一、糖尿病所引致的神經功能衰退，引致感覺遲鈍；二、鞋子選擇不當引致壓力及創傷，引致皮膚破損；三、足部血管產生病變，令足部血液循環減慢；四、經濟及社會因素，如患者的家庭環境困難及未能購置適當的鞋襪等。如傷口感染嚴重，糖尿足病人需要接受清創術(將腐肉除去)及傷口覆蓋術，包括植皮、皮瓣、骨重



糖尿足若不及時處理，很容易會受細菌感染。

建以及軟組織重建。手術目標為保留肢體存活。

手術後如出現足部變形情況，病人或須穿著為糖尿足病人特別設計的糖尿鞋，襪或鞋墊等。或進行足部矯形手術以防止潰瘍復發。此外，嚴重足部潰瘍的病人更可能須接受肢體切除手術，而病人於手術後需以義肢維持日常生活。

糖尿足病綜合治療中心

鑑於糖尿足的後果嚴重，因此香港大學醫學院骨科學系於1988年在院內成立手足外科部及糖尿足病綜合治療中心，專為糖尿足病患者提供全面性的糖尿足

照顧，包括治療、護理、教育及輔導服務。

本中心除定期舉辦糖尿足教育及治療課程外，更具備了支援性的專業人才，包括足外科醫生、足病診療師、義肢矯形師、糖尿足護理主任及社康護士。不但為病者與其家人提供多元化的專業指引及援助，更可幫助病人控制病情，亦減低了病人日後需要接受肢體切除手術的機會。

目前，糖尿足教育課程內容包括醫生諮詢、足病診療師提供足部診療、義肢矯形師提供足部護理與足部檢查、糖尿足護理主任提供足部護理的教育以及社康護士提供糖尿控制知識等。

糖尿足患者足部護理注意事項

由於糖尿足可引致嚴重後果，糖尿足病患者應加倍注意足部的護理，以下是給糖尿足病人的指引：

- 定期約見醫生或足病診療師作足部檢查。
- 穿著適當的鞋襪，不應穿著過緊或尖頭的鞋子。應選擇厚棉質襪及有足夠闊度和保護的鞋子。即使在室內、浴室或廚房，糖尿病患者切勿赤足。
- 在穿鞋前應小心檢查鞋內有沒有可能弄損足部的雜物，如硬幣、釘、沙石等，以免足部感覺遲鈍被鞋內雜物弄傷。
- 每日檢查雙足有否任何損傷、水泡或疼痛的地方。
- 應注意足部衛生，每日以溫水及溫性肥皂清潔雙足並徹底輕輕抹乾，特別注意趾縫之間。清潔後應塗抹潤膚膏以保持皮膚柔潤，但避免塗於趾縫之間。
- 小心修剪趾甲及銼滑甲邊。如有需要，可請足病診療師代為處理。
- 如有雞眼或厚皮，應請足病診療師代為治理。
- 促進腳部血液循環：動脈硬化、高膽固醇及吸煙等均會影響腳部的血液循環，同時亦會使傷口較難痊癒。如有任何問題，應直接諮詢足病診療師。
- 避免皮膚有太大溫差，天氣寒冷時切勿使用熱水或熱水袋熱敷，以免燙傷皮膚。
- 控制糖尿病情況，注意體重及作適量的運動。糖尿病患者應戒煙以改善血液循環。

糖尿病小常識

胰島素是由胰臟分泌出的荷爾蒙，負責控制身體血糖值。如果胰臟不能正常產生胰島素，血液中的葡萄糖便不能轉化為能量，聚積在血液中，引致血糖過高便經由尿液排出體外。這便是糖尿病，如果沒有適當治療，日後便會容易引起併發症。

糖尿病的病徵：

- 小便頻密
- 容易疲倦
- 體重減輕
- 視力變差
- 傷口難以癒合、容易發炎
- 食量大增
- 經常口渴
- 足部麻痺、刺痛或無力

治療方法：

- 調節飲食
- 口服降糖藥
- 注射胰島素

可引致的併發症：

- 腦部：腦血管堵塞、中風
- 眼睛：白內障、青光眼、視網膜脫落
- 心臟：冠狀動脈堵塞、心絞痛
- 腎臟：蛋白尿、水腫、腎衰竭
- 腳部：下肢血管堵塞、神經線衰褪、皮膚潰瘍