



AUSTRIJSKI brend za Vaše zdravlje

DIJABETES I NJEGA STOPALA - VODIČ



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

wellion
CALLA*light*



NO
CODE



- VELIKE BROJKE
- OZNAKA PRIJE/
POSILIJE OBROKA
- JEDNOSTAVAN
ZA KORIŠTENJE



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

„Hodaj i bit ćeš sretan, hodaj i bit ćeš zdrav.“

Charles Dickens

Cilj ovog vodiča je podsjetiti Vas da vodite više brige o svojim stopalima. Stopala obično uzimamo zdravo za gotovo sve dok ne počnu boljeti i stvarati neugodu.

Savjeti i informacije prikupljene u ovom vodiču pomoći će vam dugoročno održati stopala zdravima.

Ukoliko imate problema ili dodatnih pitanja savjetujte se s Vašim dijabetologom ili liječnikom opće prakse.

Srdačan pozdrav,
Vaš MED TRUST tim

„Hodanje je čovjeku najbolji lijek“

Hipokrat

Za sve one kojima su stopala prirasla srcu!





wellion GALILEO^G

GLU
+
KET



NO
CODE

12.3



- BEZ KODIRANJA
- DODATNA

FUNKCIJA:
MJERENJE KETONA

- OSVIJETLJEN UTOR
ZA TRAKU



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

Pogled prema dolje

Stopalo se sastoji od 26 kostiju, 114 ligamenata i 20 mišića koji ga čine fleksibilnim i daju mu stabilnost. Stotine živčanih vlakana kontinuirano prenose informacije od stopala do mozga, kao što su informacije o temperaturi, položaju stopala i zglobova, pritisku i uvjetima unutar cipele i o karakteristikama staze pod stopalom. Za održavanje svih ovih funkcija potrebna je dobra cirkulacija.

Osobe s dijabetesom mogu razviti oštećenje živaca i poremećaje cirkulacije krvi u stopalu. Više informacija pronaći ćete na slijedećim stranicama ovog vodiča.

Poremećaji cirkulacije krvi

Zdravstveni djelatnici koriste termin „PAD“ (periferna arterijska bolest) za opisivanje poremećaja cirkulacije krvi u donjim ekstremitetima. Drugi medicinski izraz je „povremena hromost“. Ovo stanje uzrokovano je naslagama u arterijama koje smanjuju dotok krvi u noge i stopala. Simptomi uključuju nedostatak pulsa na stopalima i promjenu boje kože, koja može postati blijeda ili plava. Duže šetnje mogu uzrokovati bol ili grčeve u listovima, što znači da više nije moguće šetati na duže staze bez pojave boli. Kada miruju, u nogama se ne pojavljuje bol.

Oštećenje živaca

Oštećenje živaca, također poznato pod nazivom „periferna neuropatija“, česta je komplikacija dijabetesa i najznačajniji faktor koji doprinosi sindromu dijabetičkog stopala (DFS). Rani simptomi oštećenih živaca su poremećaji osjeta boli, dodira ili temperature kao i kronična bol i parestezija ili poremećeni osjeti. Pacijenti često prijavljuju simptome u rasponu od „bockanja i igala“, „trnce“ ili čak „žarenja“ do „utrnulosti“, „gubitka osjeta“ i „gubitka osjeta boli“ u stopalima. Ove tegobe obično se javljaju kada pacijent miruje, a pojačavaju se kada se pacijenti kreću.

Metode pregleda u medicinskoj praksi:

- Ruke i oči promatrača su njihov najvažniji alat. Opipom traže puls na stopalima, procjenjuju izgled stopala i dobijaju informacije o temperaturi kože.
- Test sa zvučnom vilicom provjerava osjetljivost dubljih slojeva tkiva.
- Monofilament se koristi za ispitivanje osjetljivosti na dodir.
- Za percepciju promjene temperature koristi se uređaj za mjerenje osjetljivosti stopala.

wellion
LUNA *trio*



- **GUMB ZA IZBACIVANJE TRAKE**
- **BEZ KODIRANJA (MJERENJE GLUKOZE)**
- **DODATNA FUNKCIJA: MJERENJE KOLESTEROLA**

Dvostruki rizik – dijabetes i ozljeda

Slabo prokrvljeno tkivo u kombinaciji sa smanjenim osjetom boli čini pacijenta sklonim svim vrstama ozljeda. I najmanja ozljeda kože može se u nekoliko dana uvelike pogoršati što dovodi do kroničnih rana. Što je duže rana bez profesionalne procjene i njege manja je šansa za izlječenje. Mogući uzroci ozljeda stopala uključuju neodgovarajuću obuću, strana tijela koja se ne uklone na vrijeme iz cipele, naborane čarape, hodanje bez čarapa i obuće te neodgovarajuća njega stopala. Osobe s dijabetesom također češće oboljevaju od gljivičnih infekcija noktiju i stopala te prekomjernog formiranja tvrde, žuljevite i suhe kože.

Prvi korak koji trebate napraviti kada nastane rana jest trajno i potpuno ukloniti težinu sa zahvaćenog područja. Propisana terapijska obuća u ovom slučaju pomaže u procesu liječenja sprječavanjem uništavanja novonastalog tkiva. Redovito i pravilno liječenje rane, često i kroz dugo vremensko razdoblje, neophodno je da bi spriječili rizik od gubitka nožnih prstiju ili drugih dijelova stopala.

„Stopala – ta čuda našeg tijela- zaslužuju našu pažnju...“

Karin Schaffner

Kako spriječiti ozljede stopala?

Samo pregledom stopala na dnevnoj bazi možete na vrijeme primjetiti svaku vrstu promjene, kao što su manje ozljede, modrice, žuljevi i zadebljanja. Ako Vam je pokretljivost i gipkost ograničena, može pomoći povećalo ili teleskopsko zrcalo.

Zbog zdravlja vaših stopala, važno je ne odreći se odgovarajuće njege. Višak zadebljale kože može se nježno ukloniti prirodnim plovućem i finom rašpicom, a potpuno neprikladnim su se pokazali grube rašpe, blanje za zadebljalu kožu i slična šiljata, oštra i metalna pomagala koja treba izbjegavati.

Idealna temperatura kupke za stopala je 30-35° C. Nakon namakanja važno je potpuno osušiti stopala, posebno dio između prstiju jer je vlažna i topla koža pogodna za razvoj gljivičnih infekcija. Posebni proizvodi za njegu vaše kože postoje već nekoliko godina. Redovita hidratacija vaše kože čini je mekom i podatnom, poboljšava udio vlage i održava njezinu prirodnu zaštitnu barijeru.

wellion®
Skin Care Cream



- SA 10% UREE
ZA POSEBNO
INTENZIVNU NJEGU
- NJEGUJE SUHU
KOŽU



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

**S 10% uree za posebno
intenzivnu njegu kože**



Wellion krema za njegu kože

Preporuča se za vrlo suhu, ispucalu i osjetljivu kožu, kao i za zaštitu od hladnoće. Wellion Skin Care krema posebno je pogodna za stopala sa vrlo suhom kožom i idealna je za prevenciju ozljeda stopala kod dijabetičara.

Optimalna zaštita za problematičnu kožu. Štiti i njeguje kožu. Održava kožu mekom i podatnom, regulira količinu vlage, brzo se upija i smiruje nadraženu kožu.

- S 10% uree
- Veže vlagu u koži
- Sprječava stvaranje zadebljanja na koži
- Potječe zacjeljivanje rana
- Smiruje svrbež i nadraženu kožu
- Štiti od bakterija i gljivičnih infekcija
- Bez boje i dodatnih mirisa

„Tu je čovjek u svojoj cjelini, kudi svoju cipelu za krivicu svojih stopala.“

Samuel Beckett

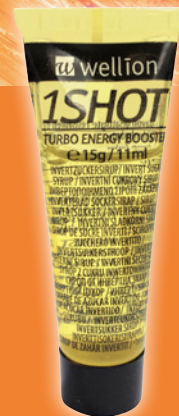
Da biste izbjegli kuditi svoja stopala, tražite i kupujte odgovarajuće, udobne cipele, ako je moguće napravljene od kože. Obuću treba kupovati poslijepodne jer stopalo obično malo otekne tijekom dana, pa cipele kupljene ujutro mogu dovesti do modrica. Hodanje bosih nogu je opasna alternativa za pacijente s ograničenom funkcijom živaca jer je rizik od ozljeda prevelik.

Ulošci za obuću po mjeri pomažu kod postojećih deformiteta stopala. Za jače deformacije stopala mogu pomoći cipele izrađene po mjeri.

Kada posjetiti pedikera?

Posjet pedikeru može se preporučiti kada je zdravstveno stanje definirano i pacijent nije u stanju brinuti o svojim stopalima. Između ostalog tretman obuhvaća i uklanjanje žuljeva i liječenje promjena na noktima.

wellion®
1SHOT



**UKUSNI PODIZAČ
ENERGIJE**



THE MEDICAL SERVICES COMPANY



wellion[®] *Klub*

- Visokokvalitetni Wellion proizvodi
- Profesionalne usluge
- Posebne ponude samo za članove

Vaše Wellion klub prednosti:

- **Međunarodna dijabetička putovnica – članska iskaznica**
Personalizirana i u praktičnom formatu kreditne kartice – može se koristiti za putovanja kao međunarodna dijabetička putovnica (na hrvatskom i engleskom jeziku)
- **Besplatne baterije**
1x godišnje za Vaš Wellion glukometar
- **Besplatan glukometar**
Vaš izbor glukometra prilikom registracije u Wellion klub. Pojediniosti o svim glukometrima, provjerite na www.wellion.hr
- **Wellion dijabetički dnevnik / Wellion dnevnik samokontrole**
Naručite BESPLATNO Vaš osobni Wellion dijabetički dnevnik ili Wellion dnevnik samokontrole



- **Wellion informacijski portal**
Ažuriranja možete pronaći na **www.wellion.hr**

Ovdje ćete moći pronaći korisne informacije o temama, preuzeti informativne materijale i upute za korištenje

- **Wellion služba za korisnike**

ZA VAS SMO OVDJE:

TEL.: (+385) 1 551 4025

PON - PET 8:00H do 16:00H

Prijavite se u Wellion klub sada, BESPLATNO i bez obaveze i iskoristite mnoge prednosti članstva u Wellion klubu.

Aktualne opće uvjete Wellion kluba, našu izjavu o privatnosti i pregled pogodnosti Wellion kluba pogledajte na www.wellion.hr

Registracija u Wellion klub

O DA, želim se besplatno učlaniti u Wellion klub.
Molim vas pošaljite mi BESPLATNI Wellion glukometar kao poklon dobrodošlice. (Molimo označite željeni glukometar sa stražnje strane i ispunite karticu u potpunosti)

Ime

Prezime

Ulica

Pošanski broj / Mjesto

Telefon/mobitel

e-mail (za slanje posebnih ponuda)

Slažem se da MED TRUST d.o.o., Utinjska 3E, 10000 Zagreb, u nastavku „MED TRUST“, koristi moje osobne podatke prikupljene u ovome obrascu u svrhu slanja redovnih informacija o proizvodima MED TRUST putem pošte i e-maila. Također se slažem da MED TRUST šalje emailove s informacijama o proizvodima MED TRUST. Ovak sporazum mogu raskinuti bilo kada, besplatno i bez navedenog razloga putem emaila na info@medtrust.hr ili pisanim putem na MED TRUST d.o.o., Utinjska 3E, 10000 Zagreb

Datum rođenja



Tel.: +385 (0)1 551-4025
Fax: +385 (0)1 551-4028

MED TRUST d.o.o.
Utinjska 3E
10 000 Zagreb
Republika Hrvatska

WEL125HR 2018/07

wellion® *Klub*

REGISTRACIJA

Odaberite Vaš BESPLATNI Wellion glukometar kao poklon dobrodošlice. Više informacija o Wellion glukometrima možete pronaći na www.wellion.hr

wellion®

CALLA^{light}

NO
CODE

1123



CALLA^{mini}

NO
CODE



wellion®



AUSTRIJSKI brend
za Vaše zdravlje



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

MED TRUST d.o.o.

Utinjska 3E • 10 000 Zagreb

Tel.: (+385) 1 551 4025

info@medtrust.hr

www.wellion.hr