

## Neiropātija



Problēmas ar kājām, kuras rodas lielai daļai diabētiķu, lielā mērā saistītas ar parādību, ko sauc par neiropātiju. Diabēta neiropātija – tās ir komplikācijas, kuras skar nervus, biežāk perifēros. Perifērie nervi ir nervi, kuri sākas galvas smadzenēs, pa muguras smadzenēm tālāk nonāk pie muskuļiem, iekšējiem orgāniem un dziedzeriem. Perifērā neiropātija traucē sensoro un motoro nervu darbību. Visbiežākie simptomi izpaužas kā nejutīgums rokās un pēdās.

### Iemesli

Diabētiskā neiropātija var novest pie nejutīguma kājās kā nespēja sajūst sāpes, siltumu vai aukstumu. Šī iemesla dēļ pacienti var nepamanīt noberzumus un citus ievainojumus. Ja šos ievainojumus laicīgi neārstēt, tas var novest pie lielām čūlām vai pat amputācijas. Ļoti svarīgi ievērot profilakses pasākumus un regulāri pārbaudīt pēdu stāvokli.

### Ārstēšana

Vislabākais veids kā cīnīties ar diabētisko neiropātiju ir atbilstoša diabēta ārstēšana, regulāri uzturot normālu cukura līmeni asinīs. Papildus tam svarīgi: 1) atmest smēķēšanu, 2) ierobežot alkohola lietošanu, 3) regulāri veikt apskates, 4) regulāri veikt asins un urīna analīzes, 5) regulāri veikt vingrošanu un ievērot ārsta rekomendācijas. Apaviem un ortopēdiskām palīgierīcēm ir liela nozīme komplikāciju novēršanā. Pēdām, kuras zaudējušas jutīgumu ir svarīga aizsardzība, kuru var nodrošināt pašformējošies materiāli (plastazots), kuri samazina virsmas reakcijas spiedienu. Diabētiķu apaviem jābūt ar platiem un augstiem purngaliem, ar papildus vietu iekšzolei un citiem ortopēdiskiem palīglīdzekļiem.