



¿Cuáles son las posibles metas o preguntas para mi equipo?

- **Meta: curar mi herida sin amputación**

Pregunte: ¿Cuánto tiempo tardará en curarse? ¿Cuánto tiempo estaré sin trabajar? ¿Cuáles son mis límites de actividad?

- **Meta: Evitar que la herida reaparezca.**

Pregunte: ¿Qué cambios tengo que hacer de ahora en adelante?

- **Meta: Reanudar las actividades.**

Pregunta: ¿Cuándo/cuánto/qué hay que buscar/ cómo vigilo el pie?

- **Meta: Elija un estilo de vida más saludable.**

Pregunte: ¿Necesitaré ayuda adicional de un educador en diabetes certificado o de un trabajador social?



¿Cuáles son algunas opciones de tratamiento para las heridas?

El tratamiento depende de la causa y de la capacidad del cuerpo para curar la herida :

- **Heridas/úlceras del pie diabético (agujero en el pie)** suelen estar causadas por la falta de sensibilidad (**neuropatía**) con un hueso torcido que crea **presión** por el rozamiento con un zapato o con una lesión.
 - Eliminar la presión de la herida es una parte muy importante del tratamiento. Es posible que te pidan que lleves una bota especial o un yeso para aliviar la presión sobre la herida.
 - Controlar los niveles de azúcar en la sangre es importante para la curación.
- **La obstrucción de los vasos sanguíneos (arterias)** puede causar heridas o dificultad en la curación, especialmente en el caso de la diabetes.
 - Es posible que necesite que un especialista vascular abra las obstrucciones para ayudar
- **Hinchazón** (los problemas en las **venas** de las piernas hacen que la sangre no vuelva a subir correctamente por la pierna) suele tratarse apretando suavemente la pierna (**vendajes de compresión**).
- **Las heridas suelen desarrollar capas de piel y carne poco saludables.**
 - La eliminación de las zonas no saludables (**desbridamiento**) ayuda a que la herida cicatrice más rápidamente. Si hay demasiado tejido no saludable para extirparlo en la clínica, su equipo puede sugerirle hacer la limpieza en el quirófano.
 - Puede necesitar antibióticos o no, dependiendo si se ha desarrollado una infección.
 - Su equipo puede utilizar diversos productos para heridas (povos, cremas, pomadas, gasas, esponjas, etc.) combinados con máquinas que pueden ayudar la curación. Es posible que usted o su cuidador deban cambiar los vendajes con regularidad.
 - Informe a su equipo si tiene dificultad para conseguir materiales o realizar cambios de venda. A veces, el personal de enfermería puede desplazarse a su domicilio para ayudarle a cambiar los vendajes (**enfermería a domicilio**).
- A veces, las heridas pueden beneficiarse de los **injertos de piel** (tomar piel de una zona del cuerpo a otra o utilizar piel sintética).