

ชุมชนเป็นฐาน ตัดเท้า เป็นศูนย์

บ้านสันปูเลย อ.ดอยสะเก็ด จ.เชียงใหม่ ดำเนินโครงการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมความเข้มแข็งโดยใช้ข้อมูลเป็นฐานสร้างความร่วมมือของทุกคนในชุมชน ดูแลเท้าผู้ป่วยโรคเบาหวานที่มีภาวะเส้นประสาทส่วนปลายเสื่อมโดยนำ **“หลักสูตรการดูแลเท้า”**

ของ ศ.นพ.เทพ หิมะทองคำ จากมูลนิธิเพื่อพัฒนาการบริการผู้ป่วยเบาหวานมาใช้ เพื่อป้องกันความเสี่ยงการเกิดแผลเรื้อรังที่เท้าของผู้ป่วย

3 ความเสี่ยงการเกิดแผลเรื้อรังที่เท้าของผู้ป่วยเบาหวาน



สวมรองเท้าไม่เหมาะสม

เดินไม่ระมัดระวัง เพราะปลายประสาทเสื่อม จึงไม่ค่อยรู้สึก



ขาดความรู้เรื่องการดูแลแผลที่เท้า

จำนวนผู้ป่วยเป็นเบาหวาน

ปี 2562

ทั่วโลก 463 ล้านคน เสียชีวิต 4.2 ล้านคน

ประเทศไทย 4.3 ล้านคน เสียชีวิต 4 หมื่นคน

ข้อมูลจาก : สมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ International Diabetes Federation

4 สำคัญการเสริมสร้างความเข้มแข็ง โดยใช้ชุมชนเป็นฐานดูแลเบาหวาน



ค้นหาผู้ป่วยเบาหวานที่มีความเสี่ยงเป็นแผลที่เท้า และให้ความรู้ในการดูแลเท้า

ส่งเสริมให้ภาคีเครือข่ายในพื้นที่ช่วยกันติดตามดูแลผู้ป่วยเบาหวาน



ส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการดูแลเท้าผู้ป่วยเบาหวาน

ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเบาหวานดูแลเท้าทุกวันด้วยตนเอง

9 ขั้นตอนการดูแลเท้าสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน



1 ตรวจสอบดูเท้าและฝ่าเท้า



2 ตรวจสอบดูข้อมนิ้ว



3 ล้างเท้าและฝ่าเท้า



4 ล้างข้อมนิ้วเท้า



5 เช็ดเท้าและฝ่าเท้าให้แห้ง



6 เช็ดข้อมนิ้วเท้าให้แห้ง



7 ทาโลชั่นที่เท้า (ยกเว้นข้อมนิ้วเท้า)



8 ตรวจสอบสิ่งแปลกปลอมที่รองเท้าก่อนสวม



9 สวมรองเท้าที่หุ้มปลายนิ้วและส้นเท้าก่อนออกจากบ้าน