



Trockene Haut und übermäßige Hornhaut vermeiden

Diabetiker-Füße richtig pflegen

Die Risikofaktoren für die Entstehung diabetischer Fußläsionen, die schlimmstenfalls zur Amputation führen, sind bekannt. Dazu zählen vor allem Hornhautschwielen und hydrolipidarme Haut. Doch viele Diabetiker wissen gar nicht, dass sie etwas für ihre Fußgesundheit tun müssen. Dabei lassen sich schwerwiegende Fußkomplikationen durch regelmäßige Fußpflege und geeignete Pflegeoptionen verhindern.

Etwa die Hälfte der Diabetespatienten (50 %) leidet an einer diabetischen Polyneuropathie, die starke Auswirkungen auf das Haut- und Gangbild hat. Das zeigen aktuelle Ergebnisse des GEHWOL-Diabetes-Report 2009 [1]. Für diese Untersuchung hat das Forschungsinstitut INSIGHT Health 3.375 Diabetiker aus dem Behandlungspool von 376 Arzt- und Facharztpraxen im September 2009 befragt.

Die Nervenschädigung beeinträchtigt nicht nur die Sensibilität an den Füßen und die Motorik, sondern auch die wichtige Produktion von Hautfetten und Schweiß, die für die Aufrechterhaltung der Hautfeuchtigkeit unabdingbar sind. An den druckbelasteten Stellen entstehen übermäßige Hornhaut bzw. Schwielen (25 bis 31 %). Die Haut ist nicht mehr elastisch und geschmeidig, es kann zu Einrissen in das tiefer liegende Weichteilgewebe kommen. Praktisch jeder Befragte (100 %) ist oder war mindestens ein Mal wegen einer Fußwunde (Ulkus) in medizinischer Behandlung.

Regelmäßige Fußpflege ist das A und O

Obwohl Menschen mit Diabetes ein besonders hohes Risiko für Fußkomplikationen haben, die auch durch Ischämie (25 %), Schmerzunempfindlichkeit, schlechte Wundheilung sowie Fuß- und Nagelpilz bedingt sind, legen sie auf Vorsorgemaßnahmen keinen allzu großen Wert: Die Bereitschaft, eine regelmäßige Fußpflege zuhause vorzunehmen oder sich zur Fußinspektion bei einem Fußspezialisten zu begeben, ist eingeschränkt.

Dabei sind Diabetiker nicht beratungsresistent, im Gegenteil: Sie vertrauen auf die Empfehlung der Fachkreise, die sie behandeln. Kompetente Fußpflege-Tipps erhalten Diabetes-Patienten von Haus- und Fachärzten (über 32 %), Diabetesberatern (knapp 30 %) und Fußpflegern (mehr als 27 %). So wird das Problembewusstsein auf Patientenseite hauptsächlich durch die Aufklärung in den Arztpraxen geschärft. Dort finden auch die wichtigen Fußuntersuchungen statt, mit denen

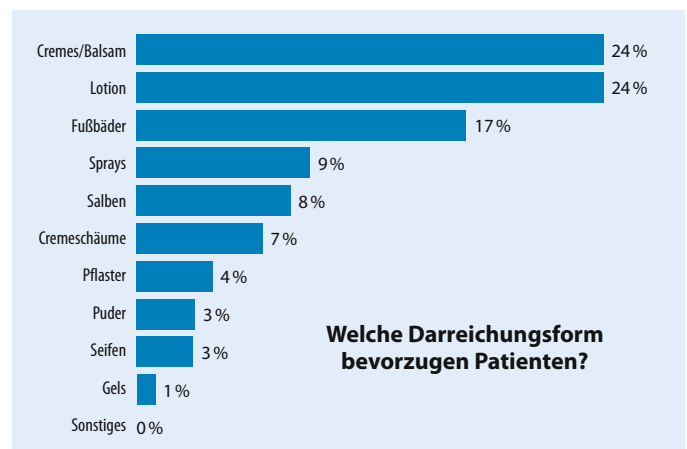
sich diabetische Fußkomplikationen schon im Frühstadium erkennen lassen.

Umfassende Fußinspektion gefordert

Diese findet allerdings noch nicht überall in dem Maße statt, wie von der Deutschen Diabetes-Gesellschaft empfohlen. Verbesserungsbedarf besteht insbesondere bei der Untersuchung des Gangbildes, der Schuhe und der Strümpfe.

Auf die Ratschläge der Fachkreise vertrauen Diabetiker auch bei der Auswahl von Fußpflegeprodukten, wie der Diabetes-Report 2009 zeigt. Die bekannteste und am häufigsten verwendete Fußpflegemarke ist GEHWOL. Alle befragten Personen gaben sie bei

Abb. 1
Die meisten Patienten verwenden zur Fußpflege klassische Produkte wie Cremes und Lotionen [Quelle: GEHWOL-Diabetes-Report 2009]





Prof. Dr. Wolf-Ingo Worret,
Dermatologe

»Die oft geäußerten Befürchtungen, mit lipidreichen Externa die ‚Hautatmung‘ zu behindern oder die Wärmeregulation zu beeinträchtigen sind unbegründet: Füße atmen nicht!«

Abb. 1
Trockene, rissige Haut
und übermäßige
Hornhaut sind ein
typisches Bild bei Dia-
betikern.
[Quelle: Eduard
Gerlach GmbH]



der Markenbekanntheit an. 96 Prozent der Befragten bewerteten zudem die Pflegewirkung und 100 Prozent die Hautverträglichkeit mit sehr gut oder gut.

Die Fußpflegecreme GEHWOL med Lipidro kommt beispielsweise den Pflegegewohnheiten und -bedürfnissen von Diabetikern entgegen. Sie ist leicht zu verteilen, zieht schnell und gut ein. Für viele Patienten ist das von Vorteil: Da sie körperlich eingeschränkt sind, fällt ihnen das Cremieren schwer.

Darüber hinaus lässt sich die Wirkung des Pflegeprodukts durch das Zusammenspiel unterschiedlicher Inhaltsstoffe, die sich in einer geeigneten Cremegrundlage (Emulsionstyp) befinden, stets optimieren [2]. So wirken die Kombination aus Harnstoff (Urea) und Allantoin, ein Wirkstoff der Rosskastanie, der Hornhautdicke entgegen. Gemeinsam normalisieren beide Substanzen den Verhornungsprozess, beruhigen die Haut, lösen bestehende Verhornungen auf und machen rissige Haut wieder geschmeidig. Harnstoff, Glycerin, das wesentlich an der Hautelastizität beteiligt ist, und Algenextrakt binden das Wasser in tieferen Hautschichten und erhöhen die Hautfeuchtigkeit – in einer hydrophilen Grundla-

ge mit hautfreundlichen Fetten wie Sanddornöl und Avocadoöl als Lipidspender.

Ferner haben mehrere Anwendungstests gezeigt, dass das Pflegeprodukt nachweislich übermäßige Hornhaut reduziert. Schon nach zwei Wochen erhöhte sich der Feuchtigkeitsgehalt der Haut um bis zu 40 % [3]. Nach vier Wochen ging die Hornhaut um bis zu 36 % zurück [4]. Mit einer barriestabilisierenden Fußpflege können Diabetiker zudem Fußpilzinfektionen vorbeugen. Bei rund einem Drittel der Patienten liegt eine solche Infektion aktuell vor [1].

Keine Beeinträchtigung natürlicher Hautfunktionen

Eine kontrollierte Studie, die das proDerm Institut für Dermatologische Forschung durchgeführt hat, und an der 20 Probanden mit gesunder Haut teilnahmen, widerlegt zudem die weit verbreitete, aber irrtümliche Meinung, dass lipidhaltige Cremes die natürlichen Haut-

Gut gegen Hornhaut und trockene Haut

Diabetikern steht z.B. mit GEHWOL med Lipidro Creme ein Pflegeprodukt zur Verfügung, das vor übermäßiger Hornhaut und trockener, rissiger Haut schützt. Die Inhaltsstoffe wirken komplementär [2].

- ▶ Harnstoff und Allantoin reduzieren übermäßige Hornhaut
- ▶ Harnstoff, Glycerin und Algenextrakt wirken hygroskopisch und erhöhen den Feuchtigkeitsgehalt der Haut
- ▶ Sanddornöl und Avocadoöl dienen als Lipidspender

funktionen, vor allem deren Transpirationsfähigkeit und Wärmeregulation, beeinflussen [5].

„Die oft geäußerten Befürchtungen, mit lipidreichen Externa die ‚Hautatmung‘ zu behindern oder die Wärmeregulation zu beeinträchtigen, sind unbegründet: Füße atmen nicht!“, betont der Dermatologe Prof. Dr. Wolf-Ingo Worret von der Klinik für Dermatologie und Allergologie der TU München [6].

Bei Fußpflegepräparaten mit mehr oder weniger starken Fettanteilen kommt es zu dem gewünschten Effekt einer Okklusion – unabhängig von der Darreichungsform. Ganz wichtig: Der Feuchtigkeitsverlust geht zurück, ohne dass die Haut versiegelt bzw. die Wasserabgabe unterbunden ist.

Impressum

Verlag Kirchheim + Co GmbH,
Kaiserstr. 41, 55116 Mainz
Telefon 061 31/960 70-0

Redaktion: Angela Monecke

Mit freundlicher Unterstützung
der Eduard Gerlach GmbH,
Lübbecke

Literatur

- 1) GEHWOL-Diabetes-Report 2009; Befragung im Sept. 2009 durch INSIGHT Health
- 2) Fusspflege aktuell; 3/2009
- 3) Bielfeldt S. et al., Haut 2004; 15 (4): 178-180
- 4) proDerm. Hornhaut verdünnende Wirkung einer Fußpflegecreme. Study Report Apr. 2006
- 5) proDerm. Kinetics of Skin Occlusion. Study Report, Okt. 2006
- 6) Worret W.-I., Der Allgemeinarzt 2007; S. 29 (18): 46-50