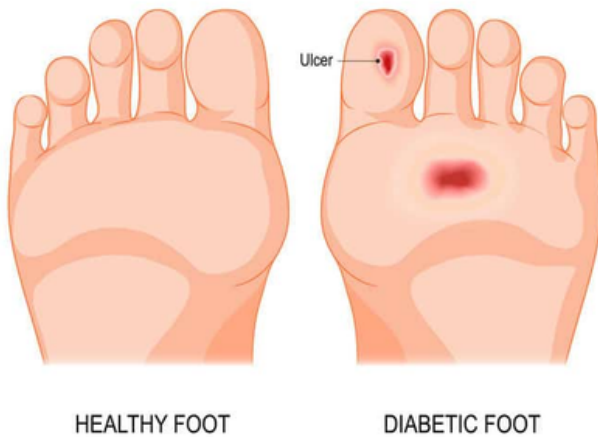


FAKTOR RISIKO UTAMA

- Gula darah tidak terkontrol (HbA1c tinggi)
- Neuropati diabetik – mati rasa di kaki
- Sirkulasi darah buruk (gangguan arteri perifer)
- Kebersihan kaki yang buruk
- Penggunaan alas kaki tidak sesuai
- Riwayat luka atau amputasi sebelumnya



APA ITU ULKUS DIABETES?

- Luka kronis yang terjadi seringnya di kaki atau bawah kaki akibat diabetes
- Umumnya terjadi karena kerusakan saraf (neuropati) & sirkulasi darah terganggu
- Luka sulit sembuh & bisa menyebabkan infeksi serius hingga amputasi

“Luka kecil yang diabaikan bisa menjadi besar dan berbahaya.”

MENGAPA PERLU TAU TENTANG ULKUS DIABETES?

- 1 dari 4 penderita diabetes berisiko alami ulkus kaki
- Lebih dari 80% amputasi pada penderita diabetes diawali dari ulkus
- Pencegahan lebih baik dari pengobatan!



KENALI DAN CEGAH ULKUS DIABETES



FANNY
SALSABILLA_30102100086

PEMBIMBING:
Dr. dr. Hj. Nur Anna
Chalimah Sa'dyah, Sp.PD-
KEMD, FINASIM



TANDA-TANDA AWAL ULKUS DIABETES

- Kesemutan atau mati rasa
- Luka kecil tidak terasa sakit
- Luka >2 minggu tidak sembuh
- Kaki bengkak, merah, bernanah

STAGING ULKUS



CARA MERAWAT LUKA ULKUS DIABETES

- 1. Periksa kaki Anda setiap hari**
Cari luka, kemerahan, bengkak, borok, lepuh, kapalan, atau mata ikan.
- 2. Cuci kaki Anda setiap hari**
Gunakan air hangat (bukan panas), lalu keringkan dengan baik, terutama di sela-sela jari.
- 3. Jangan bertelanjang kaki**
Bahkan di dalam rumah. Selalu gunakan alas kaki.
- 4. Gunakan sepatu yang pas**
Selalu pakai kaus kaki dan pastikan sepatu tidak sempit atau terlalu longgar.
- 5. Potong kuku lurus ke depan**
Lalu haluskan ujungnya dengan kikir kuku agar tidak melukai kaki.
- 6. Jangan mencoba menghilangkan kapalan atau mata ikan sendiri**
Bisa menyebabkan luka dan infeksi.

7. Periksa kaki Anda setiap kali berkunjung ke tenaga kesehatan
Kunjungi dokter kaki (podiatrist) setidaknya sekali setahun.



YUK, LINDUNGI KAKI KITA!

- Jangan tunggu sampai terluka
- Periksa, rawat, dan lindungi kaki setiap hari
- Ulkus bisa dicegah – mulailah dari sekarang!