

Kenali dan Cegah: Faktor Risiko Ulkus Diabetikum

FANNY SALSABILLA_30102100086

Pembimbing:

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



Apa Itu Ulkus Diabetikum?

- 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!



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

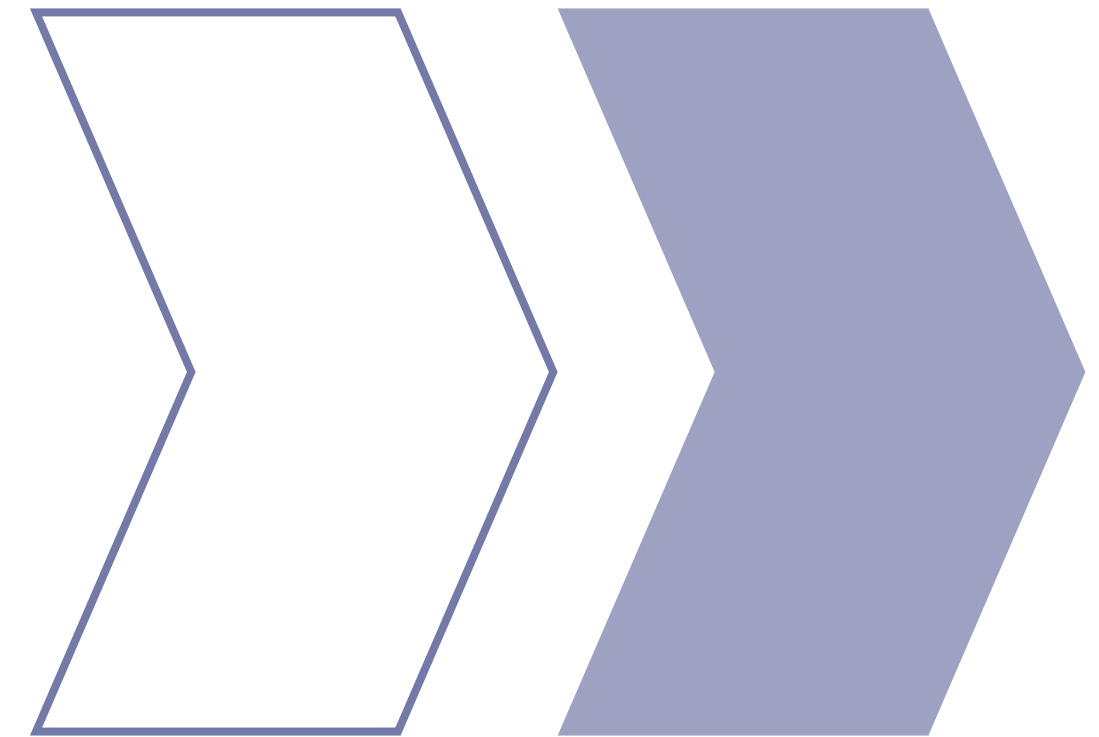
Tanda-Tanda Awal Ulkus

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



Cara Pencegahan

- Kontrol gula darah secara rutin
- Pemeriksaan kaki setiap hari
- Gunakan alas kaki yang nyaman
- Jaga kebersihan kaki dan kuku
- Jangan abaikan luka kecil
- Rutin konsultasi ke tenaga medis



Pemeriksaan Kaki Mandiri (Self Foot Care)



Wash daily



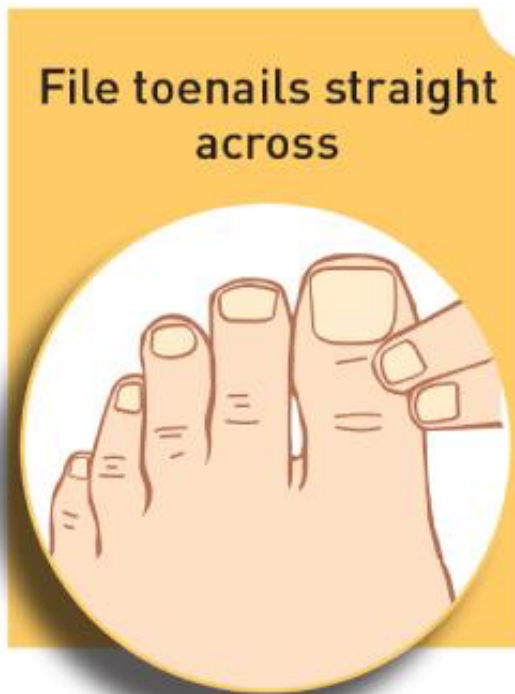
Dry well especially
between toes



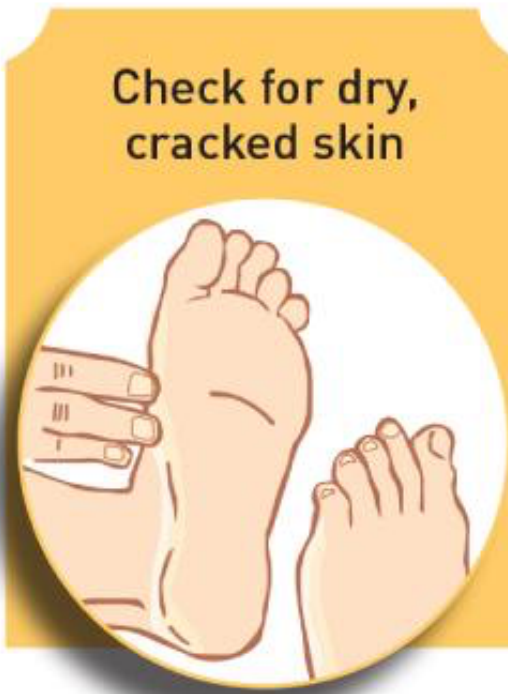
Feel for bumps or
temperature changes



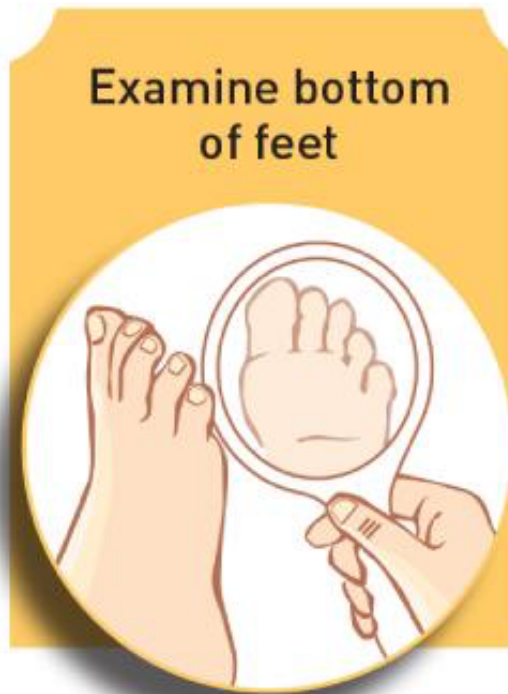
Look between toes;
check each toenail



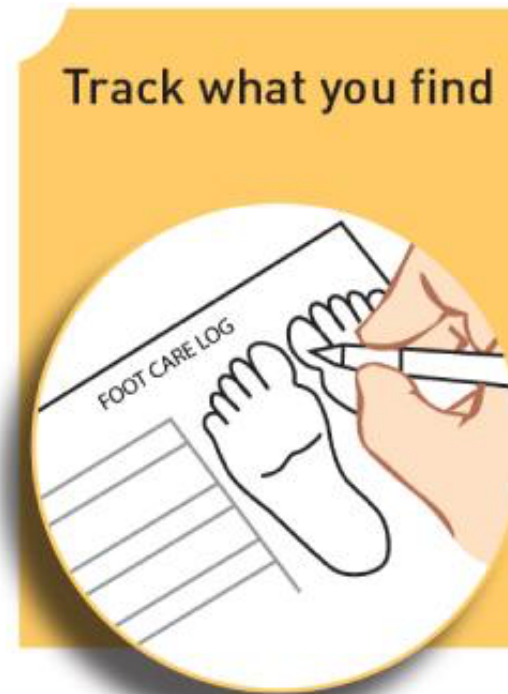
File toenails straight
across



Check for dry,
cracked skin



Examine bottom
of feet



Track what you find

Yuk, Lindungi Kaki Kita!



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

**APAKAH ADA
PERTANYAAN?**

