

## 10 GULDEN REGELS

1. De voeten dagelijks bekijken en betasten op huidletsels- en verkleuringen,
2. Draag gave wollen kousen of sokken,
3. Loop niet op blote voeten,
4. Loop niet te lang achter elkaar,
5. Loop met kleine passen,
6. Controleer uw schoenen op oneffenheden, steentjes, spijkers etc..,
7. Neem dagelijks een voetbad met nabehandeling met crème of olie,
8. Gebruik in bed nooit een kruik i.v.m. kans op verbrandingsblaren,
9. Knip uw nagels recht en niet te kort – gebruik geen zalven en tincturen – verwijder zelf geen eelt of likdoorns,
10. Bij alle bijzonderheden contact opnemen met uw arts.

## Aangesloten bij



**De ANBOS**



**ProVoet**

## TEVENS UW JUISTE ADRES VOOR

### PEDICURE BEHANDELINGEN

- Reumatische voeten
- Diabetici voet
- Nagelcorrectie
- Nagelbeugeltechniek
- Ortheses

### SCHOONHEIDSSBEHANDELINGEN

- Rimpelbehandelingen
- Permanente make-up
- Kaé gezichtsbehandeling
- Neoderma gezichtbehandeling
- Dr Belter gezichtbehandeling
- Harsen
- Epileren & verven

### MASSAGES

- Ontspannings massage
- Hotstone massage

Fouten en prijswijzigingen voorbehouden

Indien u uw afspraak niet 24 uur van tevoren afzegt, zijn wij genooddaakt u het behandel tarief in rekening te brengen

# FOLDER DIABETICI VOET

**Yvette van Zon**

Schoonheidsspecialiste  
& Medisch Pedicure



Spiekmanstraat 48  
(Ingang Theresiastraat)  
2628 VG delft

**015-380 76 50**

**WWW.YVETTEVANZON.COM**

# DIABETICI VOET

## Probleembeschrijving

Slagaderlijke bloedvaatjes van de voeten worden aangetast door de hoge bloedsuikerspiegel. Bij de voeten ontstaan daardoor meerdere problemen. Door een verminderde bloedcirculatie krijgt u als patiënt last van warme rode voeten en de krijgen de weefsels minder zuurstof. Wondjes aan de voeten genezen slecht doordat afvalstoffen minder effectief afgevoerd worden. Een andere complicatie is dat de zenuwen door hoge glucosewaarden in uw bloed minder goed gaan functioneren. Hierdoor kan het gevoel in de voeten verminderen of zelfs verdwijnen. Uw voeten verdienen noodzakelijk de juiste behandeling.

## Voorstellen

Ik ben Yvette van Zon. Bij instituut Dangremond heb ik in 2004 succesvol de opleiding pedicure voltooid. En sinds 2005 ben ik uw professionele pedicure met mijn eigen praktijk. Tevens heb ik de aantekeningen “diabetische voet” en “reumatische voet”. Sinds begin 2010 volg ik de opleiding tot Medisch Pedicure bij I.M.K.O. te Rotterdam. De medisch pedicure is breed opgeleid. Zij kan alle zogeheten risicovoeten behandelen.

Problemen die bijvoorbeeld zijn ontstaan door reuma, diabetes, spasticiteit, ouderdom en verwaarlozing. Daarbij heeft de medisch pedicure uitgebreide kennis en ervaring op het gebied van orthesiologie, nagelregulatie en –reparatie en anti-druk technieken. Daarmee vergroot zij de behandel mogelijkheden van complexere voet- en nagelproblematiek. Uiteraard ben ik als gediplomeerde voetverzorgster aangesloten bij de branche-organisatie Provoet.

## Behandeling

Voor u als diabetisch patiënt is het, ook als er geen voetklachten zijn, het aan te raden om periodiek naar uw professionele pedicure aangesloten bij ProVoet met de aantekening ‘Diabetische Voet’ te gaan. Het voorkomen van voetproblemen is namelijk één van de belangrijkste taken van de pedicure. Naast de voetbehandeling, geeft ik u adviezen over de verzorging van de voeten en de keuze van schoenen. Eventueel kan ik u doorverwijzen naar uw huisarts, een specialist of een podotherapeut.

## Aanbeveling

Het is aan te bevelen om uw voeten iedere dag te inspecteren op wondjes. Na het wassen moeten de voeten ook tussen de tenen goed droog worden gemaakt. Wrijf

de voeten in met een goede crème of olie. Voor de juiste producten kan ik u uiteraard adviseren. De teennagels moeten goed verzorgd worden en eventueel eelt moet op de juiste manier verwijderd worden. Het veelvuldig poederen en het nemen van voetbaden raad ik af. Poeders worden vaak kleine korreltjes tussen de tenen, hierdoor kunnen problemen ontstaan. Voetbaden maken de huid te week. Zeker als u zelf niet meer (zo) goed voor uw voeten kunt zorgen, is het aan te bevelen regelmatig naar mijn praktijk te komen.

Algemene adviezen voor de diabetespatiënt:

- Volg de 10 gulden regels,
- controleer dagelijks uw voeten op eventuele wondjes of huidbeschadigingen,
- ga regelmatig fietsen of wandelen en doe (dagelijks) voetoefeningen. Blijf fit,
- laat uw voeten behandelen door een professionele pedicure aangesloten bij ProVoet met de aantekening “Diabetische Voet.

## Kosten

U als diabetische patiënt heeft (bijna altijd) recht heeft op een tegemoetkoming in de behandelingskosten. Ik kan u van te voren informeren of dit voor u ook het geval is.