

5. Memakai alas kaki sepatu atau sandal untuk melindungi kuku agar tidak terjadi luka, juga didalam rumah.

6. Gunakan sepatu atau sandal yang baik yang sesuai dengan ukuran dan enak untuk dipakai, dengan ruang dalam sepatu yang cukup untuk jari-jari.

7. Pakailah kaus kaki/stocking yang pas dan bersih.



8. Periksa sepatu sebelum dipakai, apakah ada kerikil, benda-benda tajam seperti jarum dan duri.



9. Lepas sepatu setiap 4-6 jam serta gerakkan pergelangan dan jari-jari kaki agar sirkulasi darah tetap baik.

10. Bila ada luka kecil, obati dan tutup dengan pembalut bersih.

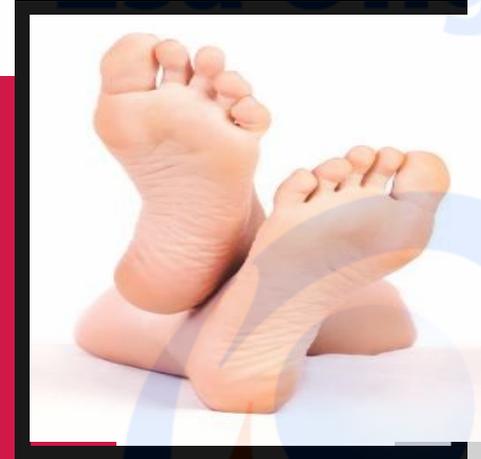


11. Segera ke dokter bila kaki mengalami luka.

12. Periksalah kaki ke dokter secara rutin.



Semoga Bermanfaat



## Perawatan Kaki Diabetes

DISUSUN OLEH:  
AYU KARISMA  
20160305108

Program studi ners  
Fakultas ilmu-ilmu kesehatan  
Univeristas esa unggul  
2018

## A. Pengertian kaki diabetes

Kaki diabetes adalah kelainan tungkai kaki bawah akibat diabetes melitus yang tidak terkontrol.

## B. Penyebab kelainan kaki Diabetes Melitus

1. Gangguan pembuluh darah pada kaki
2. Gangguan persyarafan kaki
3. Ruda paksa: trauma
4. Adanya infeksi

## C. Masalah umum pada kaki Diabetes

1. Kapalan, mata ikan dan melepuh.
2. Cantengan (kuku masuk ke dalam jaringan).
3. Kulit kaki retak dan luka kena kutu air.
4. Kutil pada telapak kaki.
5. Radang ibu jari kaki (jari seperti martil).

## D. Pengertian dan tujuan perawatan kaki diabetes

Perawatan kaki diabetes adalah sebagian dari upaya pencegahan primer pada pengelolaan kaki diabetik yang bertujuan untuk mencegah terjadinya luka.

Tujuan dari perawatan kaki diabetes adalah :

1. mengetahui adanya kelainan kaki secara dini.
2. mencegah terjadinya luka, infeksi, kaki membusuk dan amputasi tungkai.

## E. Perawatan kaki diabetes

1. Periksa kaki setiap hari, apakah ada kulit retak, melepuh, luka, perdarahan.



2. Bersihkan kaki setiap hari pada waktu mandi dengan air bersih dan sabun sabun mandi.



3. Berikan pelembab/lotion (*hand body lotion*) pada daerah kaki yang kering, tetapi tidak pada sela-sela jari kaki.



4. Gunting kuku kaki lurus mengikuti bentuk normal jari kaki, tidak terlalu pendek atau terlalu dekat dengan kulit, kemudian kikis agar kuku tidak tajam.

