

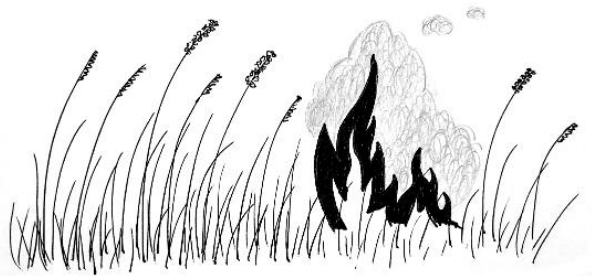
## Tanda-tanda Infeksi Kaki Diabetes

Infeksi pada kaki diabetes dapat merusak kaki anda dengan cepat sehingga dapat mengganggu fungsi berjalan.

Jika anda memiliki luka di kulit kaki, maka perlu diperhatikan gejala berikut ini:

1. Rasa nyeri atau adanya pembengkakan pada kaki di sekitar luka.
2. Adanya cairan atau nanah pada permukaan luka.
3. Bau busuk.
4. Demam, mengigil atau berkeringat.
5. Sakit perut.
6. Tidak nafsu makan.

Jika terdapat salah satu dari gejala diatas, maka secepat mungkin temui dokter atau langsung ke ruang gawat darurat di rumah sakit yang memberikan pelayanan khusus kaki diabetes.



## Jika terdapat infeksi pada kaki, maka segera lakukan:

1. Pergi ke rumah sakit yang memberikan pelayanan spesialis kaki diabetes walaupun jaraknya lebih jauh dari rumah sakit yang lain.
2. Segera konsultasi dengan dokter bedah atau dokter lain yang khusus menangani infeksi kaki diabetes.
3. Jika perlu, mintalah konsultasi ke dokter spesialis yang khusus ahli di bidang sirkulasi pembuluh darah di kaki, termasuk dokter bedah, dokter spesialis jantung, dokter radiologi atau dokter umum yang mempunyai kompetensi di bidang gangguan sirkulasi pembuluh darah.

Jika anda datang ke rumah sakit yang tidak mempunyai dokter ahli pembuluh darah maka resiko terjadinya amputasi akan lebih tinggi.

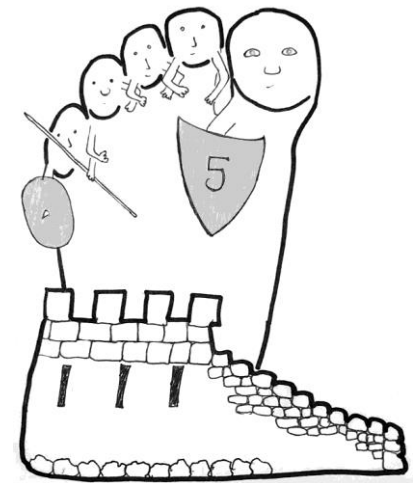
Anda adalah orang yang paling penting untuk menjaga kesehatan anda sendiri. Jadilah orang yang aktif dalam perawatan kesehatan diri sendiri.

Brosur ditulis dan diilustrasikan oleh Neal R. Barshes, M.D., M.P.H. dan Em Yunir, M.D., PhD. Materi ini hanya untuk tujuan informasi dan TIDAK menggantikan saran atau nasihat dari dokter atau profesional perawatan kesehatan lainnya.



Anda memiliki diabetes?

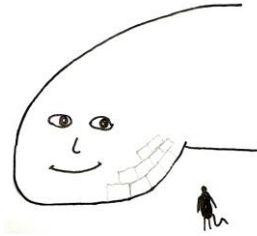
# Jaga dan selamatkan *kaki anda!*



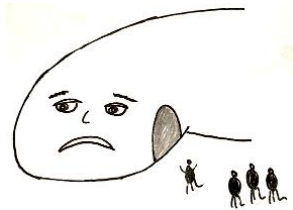
## Komplikasi Kaki Diabetes

Anda dapat bebas beraktivitas sampai saat ini berkat kaki anda maka jagalah kaki anda!

Kulit yang sehat tanpa luka merupakan pertahanan terbaik untuk melawan infeksi.



Orang dengan diabetes mempunyai risiko tinggi untuk mengalami luka di kaki.



Jika tidak segera diobati, luka ini dapat menyebabkan infeksi dan kerusakan serta kematian jaringan (gangren), sehingga dapat menyebabkan hilangnya sebagian atau seluruh bagian kaki (amputasi).



Untuk menghindari terjadinya amputasi, maka jagalah kesehatan kulit kaki anda!

## Faktor risiko kaki diabetes

### ☐ RISIKO TINGGI

- Adanya amputasi pada jari atau bagian lain dari kaki anda.
- Adanya penyakit arteri perifer (gangguan sirkulasi atau penyempitan pembuluh darah).
- Pasien dengan gagal ginjal yang menjalani cuci darah (dialisis).

### ☐ RISIKO SEDANG

- Adanya gangguan saraf tepi pada kaki (neuropati) berupa hilangnya sensasi rasa sakit pada bagian telapak kaki.

### ☐ Risiko Rendah/Normal

- Tidak terdapat faktor resiko di atas.

## Apa yang harus saya lakukan?

1. Periksa kaki dan sepatu anda setiap hari. Waspada jika terdapat luka, kulit yang pecah atau lecet. Gunakan cermin jika anda tidak dapat melihat kaki anda. Periksalah bagian dalam atau luar sepatu anda. Konsultasi dengan dokter atau penyedia layanan kesehatan lainnya jika terdapat keluhan pada kaki.

2. Berhentilah merokok selamanya. Rokok menyebabkan gangguan kesehatan dan menimbulkan dampak yang serius. Untuk informasi selanjutnya segera hubungi

1-800-QUIT-NOW atau  
[www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov)

3. Selalu gunakan alas kaki bahkan di dalam rumah. Kenakan sepatu dan kaus kaki yang nyaman dan sesuai ukuran.

4. Segera konsultasi dengan dokter terkait tekanan darah, kolesterol, dan gula darah (diabetes)