

Der gestörte Stoffwechsel bei Diabetes hinterlässt häufig Spuren in Form von Nervenerkrankungen und Durchblutungsstörungen an den Füßen.

Dadurch vermindert sich die Empfindung für Wärme und Schmerz - Druckstellen im Schuh oder Verletzungen am Fuß werden nicht rechtzeitig gespürt. Für Pilze ideal, für Diabetiker fatal - deswegen ist es für Zuckerkrankte bei Anzeichen für Fußpilz ratsam: Auf keinen Fall alleine herumdoktern.

Ein nicht zu unterschätzendes Problem ist zudem die Tatsache, dass wir unsere Füße nicht so oft anschauen wie zum Beispiel die Hände und deshalb kleinere Verletzungen manchmal gar nicht bemerken, in denen sich Infektionen bilden. Aber insbesondere sind die Füße von Diabetikern vielen Gefahren ausgesetzt. Besonders dann, wenn sich Nervenschäden und Durchblutungsstörungen entwickelt haben.

Diese entstehen vor allem bei Diabetikern, deren Zucker über längere Zeit schlecht eingestellt oder jahrelang unentdeckt verlief. Neben einer guten Stoffwechseleinstellung ist auch die regelmäßige Fußpflege das ganze Jahr über wichtig, um den Gefahren einer Pilzinfektion aus dem Weg zu gehen. Zuckerkrankte sollten deshalb täglich mehr als einen Blick auf die Unterseiten der Füße und die Zehenzwischenräume werfen und genau nach Symptomen für eine Pilzerkrankung und nach Verletzungen schauen.