

Lisa 5. Diabeetilise jalahaavandi riskist lähtuv tegevuskava

IWGDF-i haavandi risk (kategooria)	Iseloomustus	Jälgimise sagedus	Tervishoiutöötaja tegevus	Patsiendi tegevus
Väga väike (0)	Labajala kaitsetundlikkus on säilinud ja verevarustus normis	12 kuud	- Diabeetiku jala hoolduse juhised (vt lisa 3) - Jalgade põhjalik läbivaatus (nahk, küüned, kaitsetundlikkus, verevarustus, moone, esimese varba põhiliigese liikuvusulatus, jalatsid) (vt lisa 1 ja 2) - Toitumuse hindamine	- Labajalgade vaatlus iga päev - Labajala ja küünede hooldus - Mugavad jalatsid - Sportimine vastavalt võimetele
Väike (1)	Labajala kaitsetundlikkuse kadu (LKK) või perifeerne arterihaigus (PAH)	12 kuud	- Diabeetiku jala hoolduse juhised ja enesejälgimise oskuste kontroll (sh LKK ja PAH, vt lisa 3) - Jalgade põhjalik läbivaatus (nahk, küüned, kaitsetundlikkus, verevarustus, moone, esimese varba põhiliigese liikuvusulatus, jalatsid) (vt lisa 1 ja 2) - PAH: verevarustuse hindamine, vajadusel veresoontekirurgi konsultatsioon - Isheemilise valu ravi (kui esineb) - Füsioterapeut koostab jalgu mittekoormava harjutuskava - Toitumuse hindamine	- Labajalgade vaatlus iga päev - Professionaalne jala hooldus jalakabinetis või pediküüris - Diabeetikute jalatsid, tallatoed, diabeetikute sokid - Jalgu mittekoormav harjutuskava
Keskmine (2)	LKK ja PAH või LKK ja labajala moone või PAH ja labajala moone	6 kuud	- Diabeetiku jala hoolduse juhised ja enesejälgimise oskuste kontroll (sh LKK, PAH ja labajala moone) (vt lisa 3) - Jalgade põhjalik läbivaatus (nahk, küüned, kaitsetundlikkus, verevarustus, moone, esimese varba põhiliigese liikuvusulatus, jalatsid) (vt lisa 1 ja 2) - PAH: verevarustuse hindamine, vajadusel veresoontekirurgi konsultatsioon - Isheemilise või neuropaatilise valu ravi (kui esineb) - Vajadusel veresoontekirurgi konsultatsioon - Labajalaortopeedi konsultatsioon, et hinnata labajala moonete kirurgilise ravi vajadust (vt soovitus 11–13) - Füsioterapeut koostab jalgu mittekoormava harjutuskava - Toitumuse hindamine	- Labajalgade vaatlus iga päev - Professionaalne jala hooldus jalakabinetis või pediküüris - Diabeetikute jalatsid (peavad mahutama ka labajala moondeid), individuaalsed tallatoed, diabeetikute sokid - Jalgu mittekoormav harjutuskava

Suur (3)	LKK või PAH, lisaks labajala haavand anamneesis või alajäseme amputatsioon (suur, väike) või lõppstaadiumi neeruhaigus	3 kuud	- Diabeetiku jalahoolduse juhised (sh LKK, PAH ja labajala moone, vt lisa 3) - Jalgade põhjalik läbivaatus (nahk, küüned, kaitsetundlikkus, verevarustus, moone, esimese varba põhiliigese liikuvusulatus, jalatsid, vt lisa 1 ja 2) - Modifitseeritud jalatsid ja/või proteesid sõltuvalt amputatsiooni tasemest - PAH: verevarustuse hindamine, vajadusel veresoontekirurgi konsultatsioon - Isheemilise või neuropaatilise valu ravi (kui esineb) - Füsioterapeut koostab jalgu mittekoormava harjutuskava - Toitumuse hindamine	- Labajalgade vaatlus iga päev - Professionaalne jalahooldus jalakabinetis või pediküüris - Diabeetikute jalatsid (peavad mahutama ka labajala moondeid), individuaalsed tallatoed, diabeetikute sokid - Jalgu mittekoormav harjutuskava
-------------	--	--------	---	---