**Diabetische Haut**

**Diabetes und der Einfluss auf die Hautgesundheit**

* Die Stoffwechselerkrankung hat weit reichende Folgen für den gesamten Organismus – auch auf die Haut
* der Körper versucht, den überschüssigen Zucker über den Urin auszuscheiden, dabei verliert er Wasser und die Haut trocknet aus
* Insbesondere die Haut an **Beinen und Füßen** kann unter dieser mangelnder Feuchtigkeit leiden
* Hinzu kommt, dass bei Betroffenen von Typ-2-Diabetes (der sog. Altersdiabetes) mit steigendem Alter die Haut auch von Natur aus verstärkt zu Trockenheit neigt. Folge: Sie leiden doppelt.

**Folgen der Diabetes auf Ihre Haut**

* Auffällig trockene, juckende und zu Spannungen neigende Haut kann ein erstes Warnsignal
* die Haut kann Feuchtigkeit schlechter speichern und trocknet schneller aus
* die Talg- und Schweißdrüsenproduktion gerät aus der Balance
* der Fettfilm der Hornhaut bekommt "Löcher" und schützt nicht mehr zuverlässig
* gleichzeitig ist die Barrierefunktion eingeschränkt und die Immunabwehr reduziert
* dadurch kann die Haut unter Umständen zu Rhagaden bis hin zu offenen Wunden neigen -> die Anfälligkeit für Infektionen steigt
* die Regeneration lässt nach, Wunden heilen schlechter bzw. langsamer.
* Empfindungsstörungen, sogenannte Neuropathien, können verhindern, dass vorhandene Wunden festgestellt werden.
* Folge: Die spröde und rissige Haut fühlt sich nicht nur unangenehm an, sondern birgt auch ein gewisses Gesundheitsrisiko -> Einfache Kratzer können zu kleinen Verletzungen führen, die länger unentdeckt bleiben und schlechter abheilen

**Pflegeempfehlung**

* Regelmäßige, gewissenhafte Pflege kann den Zustand der Haut deutlich verbessern -> sieht gepflegter aus, fühlt sich besser an und die Infektionsgefahr sinkt
* Pflegeprodukte ohne Alkohol, Duft- und Farbstoffe, um Hautreizungen vorzubeugen
* eine Pflege die den Feuchtigkeitshaushalt in den oberen Hautschichten wiederherstellt mit Inhaltsstoffen wie z.B. Urea (am besten in Kombination mit Ceramiden, natürliche Feuchthaltefaktoren, Glycerin und Gluco-Glycerol z.B. Eucerin UreaRepair 10% Lotion)
* ein besonderes Augenmerk auf die Füsse legen - So wird die Verletzungsanfälligkeit deutlich vermindert, das Wohlbefinden gesteigert

*z.B. Eucerin Urea Repair Pflegeserie - die Wirksamkeit und Hautverträglichkeit der Produkte – speziell bei Diabetes – wurde in klinische Studien nachgewiesen (Quelle: Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2016, Herausgeber: Deutsche Diabetes-Hilfe und Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)*