

## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

Apothekenkunden mit Diabetes brauchen eine systematische Fußpflege – mit passgenauen Produkten. Doch wodurch zeichnet sich eine verträgliche und wirksame Fußcreme aus? Und wie lässt sich der **Pflegeerfolg** messen? Eine neue Studie sorgt für Durchblick.

# Mehr Feuchtigkeit, mehr Schutz



© Nellisyr / iStock / Getty Images

**W**er unter Typ-2-Diabetes leidet, muss besonders gut auf seine Füße aufpassen. Was für Sie als PTA ganz selbstverständlich klingt, ist vielen Ihrer Kunden leider nicht bewusst: 38 Prozent der Diabetiker wissen nicht, dass sie auf ihre Füße achten müssen. 27 Prozent fehlt das Risikobewusstsein, bei 15 Prozent ist die Fußhygiene schlichtweg mangelhaft, so die Ergebnisse des GEHWOL Diabetes-Reports. Die aktuelle Untersuchung basiert auf Interviews mit Ärzten, die zusammen ein repräsentatives Patientenkollektiv von 3500 Diabetikern behandeln. Menschen mit Diabetes für ihre besondere Fußproblematik zu sensibilisieren und ihnen Wege aufzuzeigen, um die Pflege unkompliziert, aber konsequent in den Alltag zu integrieren, ist eine kollektive Aufgabe aller an der Beratung beteiligten Fachkreise. Zum Netzwerk rund um die Prävention des Diabetischen Fußes gehört natürlich auch das Apotheken-Team. Hier sind Sie als PTA gefordert.

**Typisch Zuckerfuß** Fakt ist: Beinahe jeder fünfte Diabetiker hat eine periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK), bei der die Durchblutung in den Extremitäten eingeschränkt ist. Fast jeder dritte Zuckerkrankleidet unter einer Nervenschädigung (Neuropathie) – typisch dafür sind unter anderem Sensibilitätsstörungen in den Extremitäten. Ebenfalls fast jeder dritte Diabetiker hat trockene Haut. Ursachen hierfür sind häufig eine gestörte Hautbarriere, eine ungenügende Feuchtigkeitsbindung und eine unzureichende Feuchtigkeitszufuhr über die Blutzirkulation. Die trockene, feuchtigkeitsarme Haut ist anfälliger für Risse, bakterielle Infektionen, Pilzinfektionen und Entzündungen. Diese Probleme erhöhen das Risiko für diabetische Fußkomplikationen. Etwa jeder vierte Diabetiker erleidet im Laufe seines Lebens ein Diabetisches Fußsyndrom, das schlimmstenfalls mit

einer Amputation endet. Zur Erinnerung: Beim Diabetischen Fußsyndrom entwickelt sich aus den unterschiedlichen Hautproblematiken im Zusammenspiel mit Mangel durchblutung der unteren Extremitäten, Sensibilitätsstörungen, schlecht sitzendem Schuhwerk sowie eingeschränkter Gelenkbeweglichkeit ein Fußgeschwür (Ulkus).

schäume zu verwenden, die Harnstoff (Urea) enthalten.

**Creme unter der Lupe** Ihr vorbeugendes pflegendes Potenzial und ihre sehr gute Hautverträglichkeit bei Typ-2-Diabetes unter Beweis gestellt hat kürzlich die Fußpflegecreme GEHWOL med Lipidro Creme. Ihr galenisches Konzept beruht auf einer

## 11 TIPPS FÜR IHRE KUNDEN

- + Achten Sie bei der täglichen Fußuntersuchung (mit Spiegel) besonders auf Verletzungen, Fremdkörper, Blasen und feine Risse.
- + Baden Sie Ihre Füße nicht länger als drei bis fünf Minuten und nicht zu heiß (Wassertemperatur 35°C, maximal 37 bis 38°C, Kontrolle mit einem Badethermometer).
- + Trocknen Sie die Füße mit einem weichen Handtuch und zwischen den Zehen mit einem Wattestäbchen ab. Föhn, Heizkissen oder Wärmeflasche sind tabu (Verbrennungsgefahr).
- + Verwenden Sie bei der Fußpflege keine scharfen Instrumente, die zu Verletzungen führen könnten. Nutzen Sie zum Kürzen der Nägel beispielsweise eine Sandfeile statt einer spitzen Schere oder anderer verletzungsträchtiger Instrumente.
- + Feilen Sie Ihre Zehennägel so, dass der Rand mit der Zehenkuppe immer gerade abschließt.
- + Cremen Sie Ihre Füße täglich ein. Verwenden Sie dabei eine harnstoffhaltige Creme oder Lotion mit ausreichend hohem Fett- und Feuchtigkeitsgehalt, damit die Hautbarriere nicht austrocknet und widerstandsfähig bleibt. Verwenden Sie Präparate mit Pilzschutz (z. B. GEHWOL med Lipidro Creme).
- + Vermeiden Sie Druckstellen. Tragen Sie weiche, bequeme und ausreichend weite Schuhe ohne Innennähte und tasten Sie diese regelmäßig auf Fremdkörper ab. Zudem beugen Druckschutzpolster aus Polymer-Gel Hornhautschwielen vor.
- + Lassen Sie Ihre Strümpfe und Schuhe regelmäßig von Experten kontrollieren.
- + Tragen Sie Schuhe immer mit sauberen, frisch gewaschenen Strümpfen.
- + Laufen Sie nie barfuß, auch nicht in der eigenen Wohnung.
- + Gehen Sie bei Wunden, Entzündungen und Blasen bitte sofort zum Arzt.

Dieser Zusammenhang macht klar: Menschen mit Diabetes müssen ihre Haut konsequent schützen und geeignete Maßnahmen ergreifen, um trockener Haut und daraus resultierenden Problemen an den Füßen vorzubeugen. Um dieses Ziel zu erreichen, herrscht in Expertenkreisen Einigkeit darüber, dass es sinnvoll und wichtig ist, feuchtigkeitsspendende Emulsionen oder Pflege-

feuchtigkeitsspendenden Komponente mit zehn Prozent Harnstoff, Glycerin, Algenextrakt und Allantoin sowie Avocado- und Sanddornöl als Lipidkomponente mit jeweils hohen Anteilen an ungesättigten Fettsäuren zur Stärkung der Hautbarriere. In einer aktuellen Studie<sup>1</sup> der Universität Witten-Herdecke mit 23 Typ-2-Diabetikern mit trockener Haut wurde das präventive Poten- ▶

## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

► zial dieser galenischen Formulierung überprüft.

Neben den klassischen Parametern wie Hydratation als Nachweis für feuchtigkeitsspendende Effekte und Reduktion des transepidermalen Wasserverlustes (TEWL) als Indiz für barriestärkende Eigenschaften wurde bei dieser Studie auch die durchblutungsfördernde Wirksamkeit der Creme (Messparameter Blutfluss = Flow) untersucht. Messungen der Hauttemperatur an Fußsohle und Fußrücken sollten zeigen, ob die normale Transpirationsfähigkeit der Haut erhalten bleibt – oder ob die Anwendung zu einer unerwünschten Okklusion der Haut führt. Da Okklusion bei den Anwendern häufig ein unangenehmes Hautgefühl erzeugt, wurde in diesem Zusammenhang nach der Zufriedenheit mit den galenischen Produkteigenschaften (u. a. Gefühl von Klebrigkeit und Fettfilm auf der Haut) gefragt.

Ein weiterer wichtiger Messparameter war der Einfluss der Creme auf das mikrobielle Spektrum zwischen den Zehen. Unabhängig vom Emulsionstyp raten Experten bei Diabetes bisher dazu, den Bereich zwischen den Zehen nicht einzucremen. Der Grund: Cremereste könnten das Areal zwischen den Zehen aufquellen lassen. Dadurch könnten sich Bakterien einnisten, was eine Infektion begünstigt, sobald die Haut einreißt. Sollte die Creme die Hautfeuchtigkeit verbessern und sich zugleich durch eine bakteriostatische Wirkung auszeichnen, könnte dies für eine Eignung der Creme auch zur Anwendung zwischen den Zehen sprechen, so die Annahme der Wissenschaftler.

### Dreifach gegen Hauttrockenheit

Während der Studienphase wurde GEHWOL med Lipidro Creme von den Probanden sechs Wochen lang zweimal täglich unter praxisrelevanten Bedingungen angewendet – und zwar inklusive der Zehenzwischenräume. Die wichtigsten Studienergebnisse:

- **Erhöhung der Hydratation:** Der Vorher-Nachher-Vergleich zeigte einen statistisch signifikanten **Anstieg der Hautfeuchtigkeit um 12 Prozent.**
- **Verbesserung der Barriestabilität:** Der **TEWL reduzierte sich um 14 Prozent**, während im unbehandelten Bereich ein Anstieg von acht Prozent verzeichnet wurde.
- **Förderung der Mikrozirkulation:** Der **Blutfluss nahm um 16 Prozent zu**, gemessen in einem Millimeter Tiefe am Fußrücken.

### Für Zwischenräume geeignet

Der Vergleich der Keimbeseidelung mittels Abstrich in zwei Zehenzwischenräumen ergab ein ähnliches Verteilungsmuster vor und nach der Anwendungsphase. Das bedeutet: Eine Erhöhung der Keimbelastung wurde nicht festgestellt. Neben dem bakteriostatischen Nachweis konnte auch Thermostabilität als Indikator für ausbleibende, die Transpirationsfähigkeit der Haut hemmende Okklusionseffekte aufgezeigt werden. Dieses Messergebnis wird durch eine ausgesprochen hohe Zufriedenheit mit den galenischen Eigenschaften der Creme unterstrichen: **Insgesamt 96 Prozent der Probanden attestier-**

**ten ein sehr gutes oder gutes Hautgefühl nach sechswöchiger Anwendung der Creme.**

### Prädikat: Empfehlenswert!

Fazit: Das in der Studie untersuchte galenische Konzept der GEHWOL med Lipidro Creme erwies sich als geeignete Option zur Pflege der trockenen Haut bei Diabetikern. Die Autoren heben dabei besonders die Verbesserung der Mikrozirkulation hervor: „Hautdurchblutungsfördernde Effekte einer Fußpflegecreme sind besonders bei trockener Haut als Folge der bei Diabetikern häufig gestörten peripheren Hautdurchblutung wünschenswert.“ Diese mikrovaskuläre Form von Durchblutungsmangel komme für eine Vielzahl von eher kosmetischen Hautstörungen wie zum Beispiel Hauttrockenheit in Frage. Trockene, rissige Haut mit einer beeinträchtigten Barrierefunktion wiederum sei ein prädikativer Faktor in der Entstehung von Fußwunden, weshalb gerade bei Diabetikern die Pflege trockener Haut als wichtiges Präventionsziel gelte.

Da die Formulierung der GEHWOL med Lipidro Creme mit verschiedenen Feuchthaltesubstanzen und Lipiden die Mikrozirkulation der Haut sowie die Hautbarriere verbessert und die Hautfeuchtigkeit erhöht, ohne dabei okklusiv zu wirken oder die Keimdichte zu erhöhen, könne sie für Diabetiker empfohlen werden, so das Resümee der Autoren. Dies gelte auch für den Bereich zwischen den Zehen, sofern bestehende Hautauffälligkeiten nicht grundsätzlich eine dermatologische Therapie erfordern. ■

*Andrea Neuen,  
Freie Journalistin*

### WAS ÄRZTE WÜNSCHEN

#### Eine Fußcreme sollte ...

- ... vor Fußpilz schützen (sagen 93 Prozent der Ärzte).
- ... Hornhaut normalisieren (93 Prozent).
- ... die natürliche Barrierefunktion der Haut regenerieren (90 Prozent).
- ... Urea enthalten (85 Prozent).
- ... Feuchtigkeit spenden (82 Prozent).
- ... die Durchblutung fördern (82 Prozent).

Quelle: GEHWOL Diabetes-Report 2018



Download:  
<http://gehwo.de/downloads/Lipidro-Studie-2018.pdf>

Quelle:  
1. Braun N et al. Akt Dermatol 2018; 44(04): 144-151  
Online-Publikation am 22.01.2018; DOI:  
<https://doi.org/10.1055/s-0043-123149>