

## RINGKASAN UNTUK PASIEN: LUKA KAKI DIABETIK (ULKUS DIABETIKUM)

dr. Aries Fitriani SpB-ET, FICS

Dokumen ini adalah ringkasan edukasi umum, bukan pengganti konsultasi langsung dengan dokter.

### APA ITU LUKA KAKI DIABETIK?

Luka kaki diabetik adalah luka terbuka pada kaki yang terjadi pada penderita diabetes, sering muncul tanpa disadari karena saraf kaki yang sudah kurang sensitif (neuropati) ditambah aliran darah yang kurang baik — membuat luka kecil bisa berkembang menjadi luka yang serius bila tidak ditangani sejak awal.

### PENTINGNYA PERIKSA KAKI SETIAP HARI

Karena saraf kaki yang terganggu membuat Anda mungkin TIDAK merasakan luka kecil sekalipun, periksa kaki Anda setiap hari (atau minta bantuan keluarga bila penglihatan terbatas) — perhatikan luka, lecet, kemerahan, kalus, atau perubahan bentuk kaki.

### ALAS KAKI YANG TEPAT

- Gunakan alas kaki yang nyaman, berbahan lembut, menutup penuh bagian kaki, dan tidak mudah lepas
- Hindari berjalan tanpa alas kaki, bahkan di dalam rumah
- Bila dokter menyarankan sol/alas khusus, gunakan secara konsisten

### KAPAN HARUS SEGERA KE DOKTER?

- Muncul luka baru, sekecil apa pun
- Luka tidak menunjukkan perbaikan setelah beberapa hari perawatan
- Ada tanda infeksi: bengkak, kemerahan meluas, nanah, bau tidak sedap
- Demam
- Nyeri kaki saat berjalan yang membaik saat istirahat (bisa menandakan gangguan aliran darah)
- Perubahan cara berjalan atau bentuk kaki

### PENTINGNYA KONTROL GULA DARAH

Penyembuhan luka pada penderita diabetes sangat dipengaruhi oleh kontrol gula darah. Pastikan gula darah terkontrol sesuai anjuran dokter yang menangani diabetes Anda, dan jaga nutrisi yang cukup (terutama protein) untuk mendukung penyembuhan luka.

### PERAWATAN DI RUMAH

- Ikuti instruksi rawat luka dari dokter dengan disiplin
- Kurangi beban/tekanan pada area luka sesuai anjuran dokter
- Jangan menggunakan obat/ramuan luka tanpa sepengetahuan dokter

---

Dokumen ini bersifat edukasi umum dan tidak menggantikan pemeriksaan serta saran langsung dari dokter. Setiap kondisi pasien berbeda — selalu konsultasikan kondisi spesifik Anda dengan dokter.

dr. Aries Fitrian SpB-ET, FICS — Balikpapan, Kalimantan Timur  
WhatsApp: +62 812-8467-5532 | [drariesfitrian.com](http://drariesfitrian.com)