



Правила ухода за ногами для пациентов с сахарным диабетом

- Регулярный туалет ног с тщательным вытиранием кожи, особенно в зонах между пальцами.
- Температура воды для туалета ног всегда должна быть ниже 37 °С.
- Возможно использование увлажняющих масел и кремов, кроме зон между пальцами.
- Ежедневный осмотр ног с помощью зеркала, включая зоны между пальцами.
- Пациенты, которые не в состоянии выполнить осмотр, должны привлекать других людей с соответствующими навыками (при значительном снижении зрения пациенты не должны сами пытаться осматривать ноги).
- Стричь ногти, не скругляя свободные углы ногтевой пластины.
- Мозоли должны обрабатываться медицинским работником.
- Ежедневная смена носков.
- Носить носки, чулки со швами наизнанку или предпочтительно без швов.
- Никогда не носить тесные носки или гольфы.
- Регулярно проводить осмотр ног медицинским работником.
- Своевременно сообщать медицинскому работнику о появлениях мозолей, повреждениях или болях в области стопы.
- Нельзя использовать химические вещества и пластыри для удаления мозолей.
- Ежедневный осмотр и пальпация внутренней стороны обуви.
- Не носить тесную обувь или обувь с грубыми краями и неровными швами.
- Нельзя использовать нагреватели и грелки для согревания ног.
- Не ходить босиком в помещении и на открытом воздухе, не носить обувь без носков.

Правила ухода за стопами должны соблюдаться пациентами под контролем членов их семей и медицинских работников.