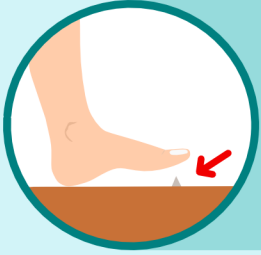


La cura dels peus en persones amb diabetis



No caminis descalç, millor utilitza sabates tancades
Porta les ungles rectes i no molt curtes. Utilitza tallangles o una llima



Utilitza mitges o mitjons de cotò, sense costures, ni dobles



Neteja les sabates diàriament per mantenir la pell flexible



Abans de posar-te-les comproba que no hi ha res que et pugui provocar una lesió
Compra les sabates a la tarda, quan els peus estan més inflats



L'aigua per rentar els peus ha d'estar a uns 35° C.
Mesura-ho amb un termòmetre
Cal hidratar la pell amb crema fregant-la suaument fins que s'absorbeixi



Evita estoretes, mantes elèctriques, bosses d'aigua calenta, brasers...
No utilitzis callicides, sals per a banys de peus ni aigua oxigenada.



Si tens qualsevol dubte, consulta amb la teva Infermera

