

糖尿病病患應注意事項（足部照顧篇）

一、皮膚的照護

- （一）保持乾淨每日清洗雙腳，使用沒有刺激性肥皂和溫水清洗，注意水溫，不可浸泡雙腳。
- （二）選擇毛襪或棉織品的襪子保暖，不可使用熱水袋、熱毯、電熱器，以免因感覺不良而燙傷。
- （三）不從事傷害腳步的活動，不可赤足行走，避免受傷。
- （四）腳部皮膚乾燥時，可用乳液潤滑皮膚。

二、趾甲照護

- （一）在光線明亮處修剪趾甲，不可剪得太深，或傷害到趾甲床。
- （二）如有雞眼或長繭時，不可使用市售藥膏，也不可自己剪除，應讓醫師處理。

三、鞋子選擇

- （一）穿鞋子一定穿著襪子，最好選擇毛襪或棉襪保暖，避免有襪帶的襪子，以免造成血液循環不良。
- （二）避免穿著高跟、尖頭或露出趾頭的鞋子，拖鞋以平底為佳。
- （三）新鞋子不可長時間穿著，每次最多穿著兩小時。
- （四）外出時，注意安全，不可穿涼鞋或拖鞋。

諮詢電話：07-7511131 分機 2593、2246

民生醫院全體醫護人員 祝您早日康復