# 足癬(香港腳)保養方法

一、 常清洗雙腳以保持乾淨清爽，特別是指縫間。

二、 保持足部通風乾燥。避免長時間穿不透氣的鞋襪，可使用吸汗性粉末。

三、 穿吸汗性棉襪，避免穿毛料或人造纖維材質的襪子。

四、 襪子常換洗，鞋子常日曬，避免穿公用拖鞋。

五、 如有足部水腫，宜避免站立過久或久坐不動，並宜休息時抬高下肢以減少足部腫漲。

諮詢電話：07-7511131 分機 2239

民生醫院全體醫護人員　祝您早日康復