

آنچه نباید بیمار دیابتی انجام دهد



× سیگار نکشد.

× از کیسه آب گرم برای گرم کردن پاها استفاده نکنند.

× هیچوقت پا برهنه راه نرود. در صورت سردی پاها جوراب بپوشد و آنها را در معرض حرارت مستقیم قرار ندهد.

× بر روی سطوح داغ مانند شن های ساحل یا سیمان کنار استخر شنا راه نرود.

× مواد شیمیایی را برای بر طرف کردن میخچه و پینه به کار نبرد و از محلول های ضد عفونی قوی استفاده نکند.

× از نوار های چسبیده روی پا استفاده نکنند.

× پاها را مدت طولانی در آب قرار ندهد.

× از کش یا بند جوراب استفاده نکنند.

× بدون جوراب کش نباشد.

× صندل هایی که بین انگشتان حلقه دارند نپوشد

× میخچه و پینه را برش ندهد .

× پاها را روی هم نیندازد.

× در زمستان بعد از رسیدن به منزل جهت گرم شدن پاها را نزدیک شومینه یا شومینه یا شومینه قرار ندهد.

× بیش از نیم ساعت پیاده روی مداوم نداشته باشد.

× در منزل و حتی روی فرش بدون کفش یا دمپایی نباشد.

× ناخن‌ها را از ته نگیرد.

× ناخن‌های پاها را خود نگیرد.

× کفش رو باز نپوشد.

هر گونه سوالی در این زمینه دارید از طریق ایمیل hassanravari@yahoo.com مطرح کنید.

بازنگری : آذر ماه ۱۳۹۸