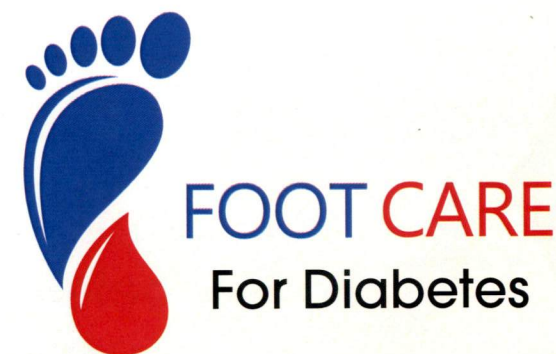




طريقة العناية بالقدم لمرضى السكر

مستشفى الأحمدي
قسم العلاج الطبيعي



اغسل قدميك كل يوم



جفف قدميك من الماء بشكل جيد



حافظ على ترطيب القدم باستمرار
باستخدام المرطب
(عدم وضع المرطب بين الأصابع)



انظر إلى قدميك يوميا



قلم أظافر قدميك بحذر



ارتدي جوارب نظيفة وغير مبللة



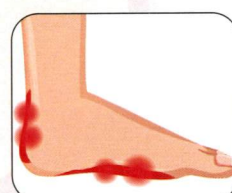
تحقق من حذائك من الداخل بحثا
عن أي طبقات خشنة وأجسام غريبة



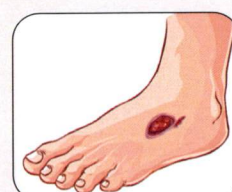
اشترى الحذاء المناسب لقدمك



لا تمشي حافي القدمين



لا تتجاهل تنميل القدم



لا تتجاهل أي جرح بالقدم



لا تضع رجل فوق الأخرى
لفترة طويلة من الزمن



إحدى شركات مؤسسة البترول الكويتية
A Subsidiary of Kuwait Petroleum Corporation



FOOT CARE For Diabetes

TAKING CARE OF YOUR DIABETIC FEET

AHMADI HOSPITAL
Physiotherapy Department



Wash your feet daily



Dry your foot well



Keep your feet soft with moisturizing lotion, but don't apply it between the toes



Look at your feet daily



Cut your toenails carefully



Wear clean, dry socks



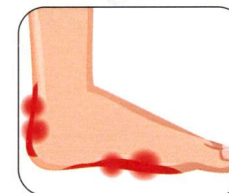
Do check the insides of your shoes for rough seams, foreign objects



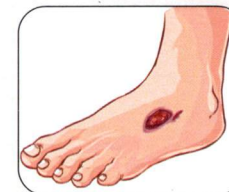
Buy shoes that fit correctly



Don't walk barefoot



Don't ignore foot numbness



Don't ignore foot wound



Don't cross your legs or ankles for a long period of time