

ПРАВИЛА УХОДА ЗА НОГАМИ



Осматривайте Ваши стопы ежедневно



Мойте ноги ежедневно с мылом под проточной водой



Пользуйтесь специальными средствами по уходу за кожей ног



Обработку ногтей проводите с помощью пилки для ногтей, а кожи стоп – с помощью пемзы



Пользуйтесь шерстяными носками для согревания ног



Носите только специально подобранную обувь



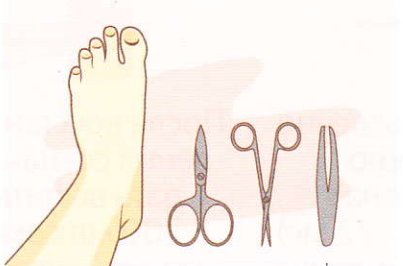
Курение особенно вредно в отношении здоровья Ваших ног



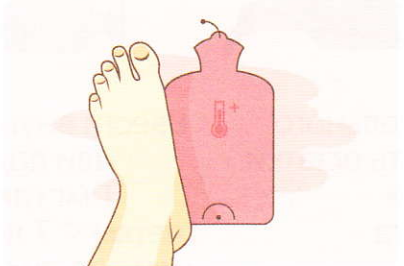
Не ходите без обуви



Не применяйте спиртовые и красящие растворы при повреждении кожи стоп



Не обрабатывайте ногти и мозоли острыми и режущими предметами



Не согревайте ноги с помощью грелок, электронагревательных приборов и батарей



Не носите узкую обувь и обувь на высоком каблуке

Подготовлено по материалам книг: Сахарный диабет 1 типа: руководство для пациентов. / А.Ю. Майоров, Е.В. Суркова, О.Г. Мельникова. – М.: Фарм-Медиа, 2016. – 120 с. Сахарный диабет 2 типа: руководство для пациентов. / Е.В. Суркова, А.Ю. Майоров, О.Г. Мельникова. – М.: Фарм-Медиа, 2016. – 116 с.