

# 糖尿病患者足部護理

- 1、每日應檢查雙足是否發紅、有傷口、長雞眼或起水泡。
- 2、浸泡雙腳時，應以手臂內側探測水溫，避免燙傷。
- 3、足底龜裂時於浸泡雙腳後，使用浮石去除硬皮，再以凡士林或乳液塗抹。
- 5、趾甲修剪成平行勿過短，趾甲面可用銼刀磨平，視力差者可請家人協助。
- 4、選擇舒適且合適的鞋子（如：寬頭包鞋、矮鞋跟、柔軟鞋墊），避免赤腳走路。
- 6、外出旅遊，儘量少穿新鞋。
- 7、穿鞋前應仔細檢查鞋底是否有異物。
- 8、選擇白色純棉易吸汗、鬆緊帶勿太緊、無突出縫線的襪子。
- 9、不要使用熱水袋或熱敷墊。
- 10、避免自行居家處理任何足部問題（如：使用溶解雞眼之燒灼劑、刀割等），有疑問時應向醫師求診。

～板新醫院關心您～