

مشاكل الأقدام السكرية



Podiatry Department

العناية بالقدمين الممارسات الخاطئة

العناية بقدميك مهمة عندما يكون لديك مرض السكري. حماية قدميك من هذه الإصابات الضارة عن طريق تجنب هذه الممارسات



المشي حافي القدمين



المشي على ممرات
مساح القدمين



ارتداء خاتم اصبع القدم



استخدام لصقات مسمار
القدم والزيوت العلاجية
على قدميك



نقع القدمين في أقصى
درجات الحرارة
(حارة جداً أو باردة جداً)

كيفية العناية بالقدمين للمصابين بمرض السكري



اسأل فريق رعاية مرض السكري عن
الطريقة التي يجب أن تعتني بها
بأظافر قدميك



اغسل قدميك بماء دافئ يومياً



جفف قدميك جيداً، خاصة بين
الأصابع



حافظ على نعومة البشرة
باستخدام كريم مرطب، وتجنب
وضعه بين أصابع القدمين



افحص قدميك كل يوم بحثاً عن جروح
أو كدمات أو بثور أو تورم. أخبر طبيبك
على الفور إذا وجدت شيئاً خاطئاً



ارتدِ جوارب ناعمة ونظيفة تناسبك



حافظ على قدميك دافئة وجافة.
ارتدِ الأحذية التي تناسبك دائماً



لا تمشي حافي القدمين في
الداخل أو الخارج



افحص حذائك كل يوم بحثاً عن أي
شقوق أو حصي أو أظافر أو أي
شيء يمكن أن يؤذي قدميك

السكري و مشاكل القدمين

يزيد مرض السكري من مشاكل القدمين
أمنعها من خلال التحكم بمستوى الجلوكوز
و ضغط الدم ومستويات الكوليسترول والإقلاع
عن التدخين إذا كنت مدخنًا. اكتشف المشاكل
في وقت مبكر من خلال فحوصات القدم
اليومية والفحص المنتظم

اعتلال عصبي

يمكن أن يؤدي تلف الأعصاب أو إصابتها
بالمريض إلى مضاعفات القدم مثل



خشونة
(ازدياد بسمك جزء من الجلد)

تقرحات



اعتلال بالأوعية الدموية

تلف أوعية الدم أو ضعف في الدورة الدموية

غنغرينا (تلف الأنسجة)



بتر الأجزاء التالفة



Contact us:



APPOINTMENT: (+973) 1775 7600
SWITCHBOARD: (+973) 1775 3333
RADIOLOGY RECEPTION: (+973) 1775 3550



WHATSAPP: (+973) 3687 7600
INSTAGRAM: awalihospital
FACEBOOK: Awali Hospital
E-MAIL: awali.hospital@bapcoenergies.com
WEBSITE: <https://www.awalihospital.com>
LOCATION: Bldg. 115, Road 4504, Block 945,
Awali Kingdom of Bahrain