

## QUELQUES CONSEILS À DONNER AUX PATIENTS DIABÉTIQUES

Ne pas marcher pieds nus afin d'éviter toute blessure.

Examiner ou faire examiner au quotidien les pieds, rechercher toutes lésions, déformation ou signe d'infection.

Eviter les bains et les bains de pied.

Laver les pieds tous les jours à l'eau tiède avec un savon doux et bien les sécher pour éviter les mycoses.

Eviter les températures extrêmes : ne pas poser les pieds sur une source de chaleur. Eviter le froid intense qui peut engendrer des engelures.

Protéger les pieds en cas d'exposition au soleil.

Ne pas couper ses ongles court afin d'éviter les ongles incarnés. Couper en carré tout en arrondissant les angles avec une lime en carton.

Hydrater les pieds avec une crème spécifique sauf entre les orteils.

Consulter en cas de cors, ampoules, etc., ne pas intervenir soi-même en utilisant un coricide ou pansement directement sur la peau.