



GASHER | NeuroBridge

הגשר שלכם להמשך טיפול בטוח בבית



מעקב

כף רגל סוכרתית

מניעה • זיהוי מוקדם • טיפול נכון

שמירה יומיומית על כפות הרגליים מסייעת במניעת פצעים, זיהומים וסיבוכים ומפחיתה את הסיכון לקטיעות.



טיפול יומיומי נכון

2 רחצה וייבוש יסודיים

- רחצו את הרגליים במים פושרים וסבון עדין.
- יבשו היטב, במיוחד בין האצבעות.
- מרחו קרם לחות (לא בין האצבעות).



1 בדיקה יומית

- בדקו את כפות הרגליים כל יום, כולל בין האצבעות.
- חפשו אדמומיות, נפיחות, חתכים, שלפוחיות או שינוי בצבע העור.



4 גרביים מתאימות

- השתמשו בגרביים נקיות, מרפות זיעה וללא תפרים.
- החליפו גרביים מדי יום.



3 נעליים מתאימות

- נעילו נעליים נוחות, רחבות וללא תפרים פנימיים.
- בדקו שאין חפצים זרים בתוך הנעל לפני השימוש.



6 טיפות נכון

- גזרו ציפורניים ישר וללא פינות.
- השתמשו בפצירה בעדינות, לא במספריים.
- אל תשתמשו בחומרים כימיים, כריות או משחות ללא ייעוץ.



5 הימנעו מהליכה יחפה

- לעולם אל תלכו יחפים, אפילו בבית.
- השתמשו בנעליים או בכפפים גם במקלחת ובחוץ.



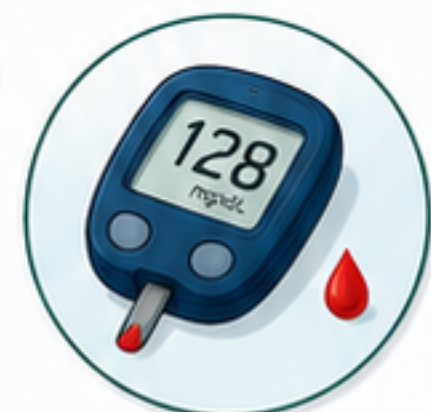
8 ביקורת סדירה

- בקרו אצל הצוות הרפואי לפחות אחת למספר חודשים, או לפי המלצת הרופא.



7 שמירה על איזון הסוכר

- איזון נכון של רמות הסוכר בדם תורם לבריאות כלי הדם והעצבים ומפחית סיכון לפגיעות.



סימני אזהרה – פנו לרופא בהקדם



הפרשה, ריח לא נעים או דימום



חום מקומי ברגל



שינוי צבע העור: אדום, כחול או שחור



פצע, חתך או שלפוחית



אדמומיות, נפיחות יי כאב שאינם חולפים



אבהון מוקדם וטיפול בזמן – מצילים רגליים!



שיתוף בני המשפחה תורם לשמירה על הרגליים.



טיפול נכון הוא ההגנה הטובה ביותר.



אל תהססו לפנות לעזרה מקצועית בכל חשש.



בדיקה יומית יכולה למנוע סיבוכים.

זכרי



מרכז רפואי דורות
רפואה עם נשמה

מחלקת שיקום ניוז לוגי – דורות
לצדכם בכל שלב בדרך להחלמה



<https://gasher.org.il/>