

يملك مرض السكري؟

بالقدمين للعدوى
خطة العمل

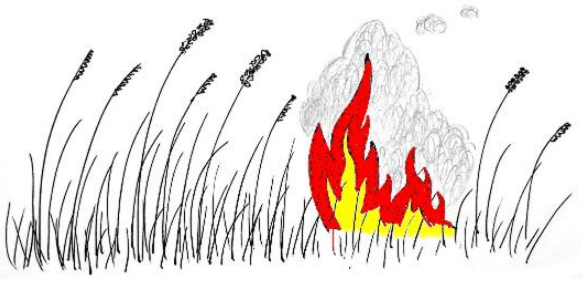
دلائل على وجود عدوى القدم

عدوى يمكن أن تدمر قدمك بالسرعة في الهشيم تتحرك من خلال مرج العشب الجاف.

إذا كان لديك فتحة (قرحة) في جلد قدمك ، فابحث عن هذه الأعراض:

1. ألم جديد أو تورم في قدمك
2. السائل تصريف.
3. الرائحة الكريهة الرائحة
4. ، العرق ، أو الحمى.
5. مريض إلى معدتك.
6. لا شهية للطعام.

إذا كان لديك أي من هذه الأشياء ، فاستشر الطبيب أو غرفة الطوارئ في مركز طبي متمرس في نهاية اليوم.



1. اذهب إلى مستشفى كبير مع أطباء متخصصين. ملاحظة: قد لا يكون هذا أقرب مستشفى إلى منزلك.

2. اطلب رؤية طبيب جراح يعالج عدوى القدم.

3. اطلب رؤية أخصائي يمكنه فحص (و - إذا لزم الأمر - تحسين) (الدورة الدموية إلى قدمك). قد يشمل ذلك جراحًا متخصصًا في جراحة الأوعية الدموية أو القلب أو الجراحة العامة. بعض الأطباء المختصين الآخرين ، مثل أطباء القلب (أخصائيو القلب) أو أطباء الأشعة قد يكونون قادرين على القيام بذلك.

سيكون لديك خطر أكبر من وجود بتر الساق إذا ذهبت إلى مستشفى بدون أخصائي يمكنه علاج ضعف الدورة الدموية.

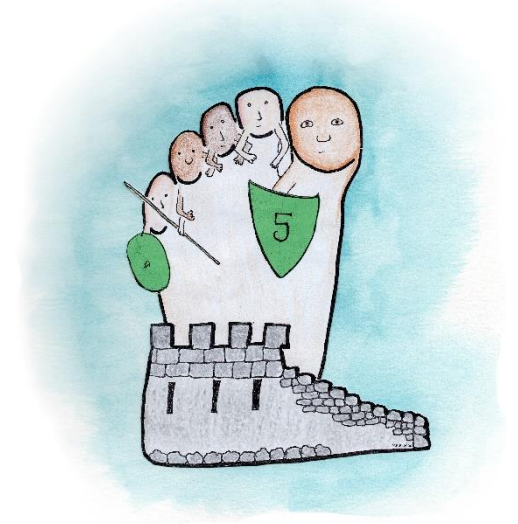
أنت من أهم المناصرين لصحتك. كن جزءًا نشطًا من فريق الرعاية الصحية الخاص بك!

كتيب تم إنشاؤه من قبل نيل ر. بارس ، دكتوراه في الطب ، ميلا في الساعة. هذه المواد هي لأغراض إعلامية فقط ولا تحل محل نصيحة أو مشورة الطبيب أو غيره من العاملين في الرعاية الصحية.

حارس

ك

أقدام!

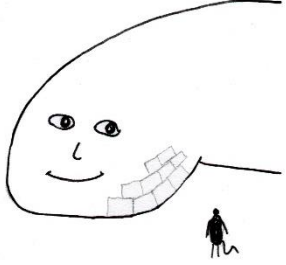


أفعل؟ أن يجب ماذا

مخاطري؟ هي ما

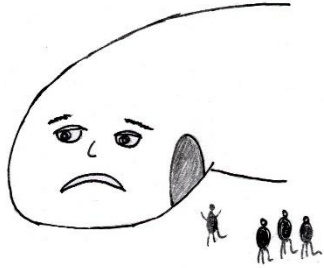
يؤثر مرض السكري على قدم

لن تكون مكانك
اليوم إن لم يكن
لقدميك. العناية بهم!



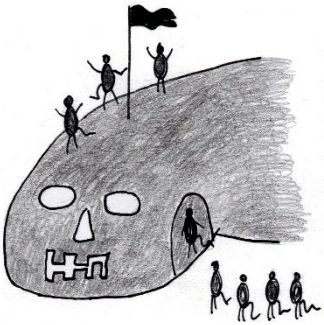
الجلد الذي هو
صحي وكامل هو
أفضل دفاع ضد
العدوى.

مرضى
السكري
معرضون
لخطر الإصابة
بالقرح (قرحة)
على أقدامهم.



إذا لم يتم علاج
هذه القرح ، يمكن أن تسمح للعدوى والأنسجة الميتة

(الغرغرينا)
بالتطور. قد
تؤدي هذه
المشاكل إلى
فقدان جزء أو
كل قدمك
(البتة).



أفضل طريقة
لتجنب بتر

الساق هي الحفاظ بشرة صحية على قدمك!

□ مخاطر عالية

- إذا كنت قد قمت ببتير إصبع القدم أو أي جزء آخر من قدمك.
- إذا كان لديك مرض شريان محيطي (ضعف الدورة الدموية ، أو "تصلب" الشرايين).
- إذا كنت تحصل على غسيل الكلى للفشل الكلوي.

□ تعاني من مخاطر متوسطة

- إذا كنت اعتلال عصبي (خدر ، لا يمكن أن يشعر أسفل قدميك)

□ منخفض / عادي

- لا يوجد خطر من عوامل الخطر المذكورة أعلاه

1. انظر إلى قدميك وأحذيتك كل يوم.
ابحث عن القروح أو الجروح أو الشقوق أو البثور. استخدم المرآة إذا لم تستطع رؤية قدمك. انظر إلى داخل أو خارج الحذاء الخاص بك.
راجع الطبيب أو أي مقدم رعاية صحية آخر إذا وجدت مشكلة.

2. الإقلاع عن التدخين - تماما وإلى الأبد. السجائر

3. لا أبداً تمشي حافياً. حتى في منزلك.
ارتداء الأحذية والجوارب التي تكون مريحة وتناسب بشكل جيد.

4. العمل مع طبيبك على ضغط الدم والكوليسترول والسيطرة على الجلوكوز (بما في ذلك الهيموجلوبين A1C عدد).