

فوٹ انفیکشن کے نشانات

آپ کے پاؤں کو تیز رفتار طور پر خشک ایک انفیکشن گھاس کی پیڑھ کے ذریعے منتقل کرنے کے طور پر تباہ کر سکتے ہیں

اگر آپ کے کا افتتاح ہے (السرپاؤں کی جلد میں آپ)، ان علامات کے لئے دیکھو

1. آپ کے پاؤں میں نیا درد یا سوجن
2. ٹریننگ سیال
3. فلو گند
4. چپلس، پسینہ یا بخار
5. آپ کے پیٹ میں بیمار
6. کھانے کے لئے بھوک نہیں

اگر آپ میں سے کوئی ہے تو، تجربہ کار طبی مرکز میں ایک ڈاکٹر یا ہنگامی کمرہ دیکھیں دن کے اختتام تک



۲۴

آپ کے پاؤں انفیکشن ایکشن پلان

1. ماہر ڈاکٹروں کے ساتھ ایک بڑے ہسپتال پر جائیں۔
نوٹ: یہ نہیں آپ کے گھر کے قریبی ہسپتال ہو سکتا ہے۔

2. ایک کو دیکھنے کے لئے پوچھیں سرجن جنہوں نے کا علاج کیا پیر انفیکشن ہے۔

3. کو دیکھنے کے لئے پوچھیں ماہر جو (اور اگر ضرورت ہو تو ہو سکتی ہے بہتر (آپ کے پیر کے گرد گردش. اس میں ایک ایسا سرجن شامل ہو سکتا ہے جو وسکولر، کارڈیڈ، یا عمومی سرجری میں مہارت رکھتا ہے. بعض دیگر خاص ڈاکٹروں جیسے جیسے ماہر نفسیات (دل ماہرین) یا ریڈیولوجیست بھی یہ کرنے کے قابل ہو سکتے ہیں۔

آپ پڑے گا خطرہ زیادہ کا لئے ایک ٹانگ پر مشتمل اگر آپ کسی ہسپتال مینپاس جانے کے ہو تو بغیر کسی ماہر کے غریب گردش کا علاج کر سکتے ہیں۔

آپ اپنی صحت کے لئے سب سے اہم وکیل ہیں. آپ کی صحت کی دیکھ بھال کی ٹیم کا ایک فعال حصہ بن!

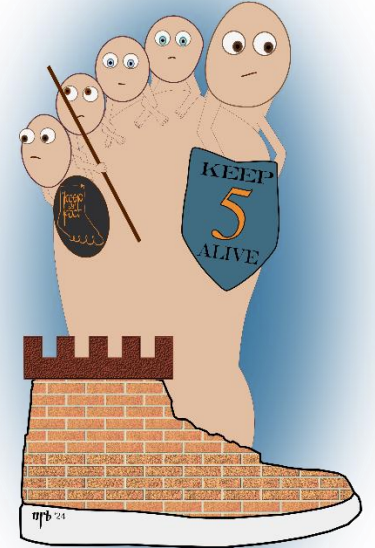
ایم آر، ایم ایچ ایچ نیل آر بارشس، کی طرف سے پیدا پروجر. یہ مواد صرف معلومات کے مقاصد کے لئے ہے اور ڈاکٹر یا دیگر صحت کی دیکھ بھال کے پیشہ ورانہ مشورہ یا مشورہ کو تبدیل نہیں کرتا۔

کیا ہے ذیابیطس؟

گارڈ

آپ

پاؤں!

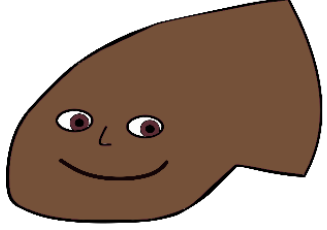


۲۴

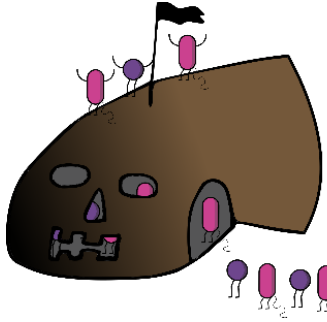
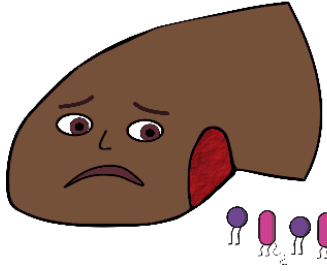
ذیابیطس پر اثر انداز کرتا ہے FEET

آپ اس وقت نہیں رہیں گے کہ آج آپ اپنے پیروں کے لئے نہیں ہیں۔ ان کا خیال رکھیں!

جلد صحت مند اور
پوری ہے جلد ہی
انفیکشن کے خلاف
بہترین دفاع ہے۔



ذیابیطس والے
افراد گھاووں (حاصل
کرنے کے لئے خطرے
میں بینا لسر اپنے پاؤں
پر)۔



اگر بیمار نہ ہو تو، یہ
السرس انفیکشن اور
مردہ تشو (اجازت دیتا
ہے گریرین) کی ترقی
کے لئے کی۔ یہ
مشکلات آپ کے
حصے یا آپ کے پاؤں
(نقصان کو پہنچ سکتی
بینامتیاز) کے۔

ایک ٹانگوں کی بے
چینی سے بچنے کا
بہترین طریقہ ہے صحت مند جلد برقرار رکھنا آپ کے
پاؤں پر!

مجھے کیا کرنا چاہئے؟

□ ہائی خطرہ

- اگر آپ نے پیر کے پیر یا آپ کے پاؤں کے کسی دوسرے حصے میں انفیکشن کی ہے۔
- اگر آپ کے پاس پردیہ ذیابیطس بیماری (خراب گردش، یا رکاوٹوں کی "سختی") ہے۔
- اگر آپ گردے کی ناکامی کے لئے ڈائلز حاصل کرتے ہیں۔

□ میڈیم خطرہ

- اگر آپ کے پاس نیورپتی ہے (، نیچے آپ کے پاؤں محسوس نہیں کر سکتے ہیں)

□ نونیکی کم / عمومی خطرہ

- اوپر کے خطرے سے متعلق عوامل میں سے کوئی بھی

1. آپ کے پاؤں اور اپنے جوتے طرف دیکھو ہر دن۔ گھٹائے، کٹ، درخت، یا چھتوں کے لئے دیکھو۔ اگر انہیں تو آپ کے نہیں دیکھ سکتے آئینے کا استعمال کریں پاؤں۔ اپنے جوتے کے اندر یا باہر دیکھو۔ اگر آپ کو کوئی مسئلہ ملتا ہے تو ڈاکٹر یا دیگر صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے کو ملاحظہ کریں۔

2. تمباکو نوشی سے نکلنا - مکمل طور پر اور ہمیشہ کے لئے۔ سگریٹ نے صحت مند مسائل کو نقصان پہنچایا ہے۔ 1-800-QUIT-NOW یا پر سپورٹ ڈھونڈیں،
www.smokefree.gov

3. کبھینہ ننگی پاؤں بھی اپنے گھر مینچلیں۔ جوتے اور جرابیں پہنیں جو آرام دہ اور پرسکون ہو۔

4. اپنے بلڈ پریشر، کولیسٹرول اور گلوکوز کنٹرول پر اپنے ڈاکٹر کے ساتھ کام کریں (آپ کے ہیموگلوبین A1c نمبر میں شامل کریں)۔