

Fürsorge für Füße – Die richtige Pflege bei Diabetes



Gehen Sie **regelmäßig** zur **ärztlichen Untersuchung!**



Schauen Sie Ihre Füße von allen Seiten an. Finden Sie Druckstellen, Fehlstellungen, Verhornungen, Nagelpilz oder Wunden?



Waschen Sie Ihre Füße im **handwarmen Fußbad.** Danach **gut abtrocknen**, auch zwischen den Zehen. Bei **Wunden nicht waschen**, nur desinfizieren!



Feilen Sie die Nägel gerade und nicht rund. Keine Scheren, Knipser oder Zangen benutzen.



Entfernen Sie Hornhaut nur **mit** einem **Bimsstein.**



Cremen Sie trockene Füße regelmäßig ein. Dafür Cremes oder Schäume mit **Harnstoff** (Urea 5-10 %) verwenden.



Wechseln Sie täglich Ihre **Strümpfe.** Achten Sie auf einen hohen **Baumwollanteil.**



Tragen Sie Ihre Schuhe sorgfältig ein. Die Schuhe immer **auf drückende Nähte kontrollieren.**