

如何处理脚部问题

如何处理脚部问题

需要注意的变化:



脚形或指甲颜色的变化。



脚上的皮肤开裂，特别是你的脚跟或脚趾。



感染的迹象：从伤口或嵌顿的趾甲中流出脓液或异味，肿胀、发热或皮肤发红。



脚趾间的皮肤湿润、发臭和潮湿。



瘀伤、水泡或硬皮（老茧或鸡眼）。



脚或小腿上有溃疡或伤口。

你应该做什么？

- 每年至少一次让医生、执业护士或足科医生检查你的脚。
- 如果你发现上述任何变化，请立即与你的医生或足科医生预约。不要等到每年一次的例行检查。
- 避免使用非处方的玉米疗法。
- 照顾好你的脚。保持脚的干净，干爽和保湿
- 照顾好你的糖尿病。这有助于减少你的严重足部问题的风险，如溃疡、感染，或在最糟糕的情况下，截肢。

真菌感染:



1 真菌感染可同时影响皮肤和指甲。它可导致皮肤发红、发痒和开裂，脚趾甲会变得很厚和形状不正常。



2 尽快去看医生或药剂师以获得正确的治疗。



3 不要与人分享你的指甲刀、剪子或锉刀。立即用酒精擦拭干净剪过感染指甲的指甲刀。



4 袜子或丝袜要单独清洗，以避免传播感染。

请记住，每年至少一次让医生、执业护士或足科医生检查你的脚。
如果你的脚有问题，你可能需要更频繁的检查。