

PHẢI LÀM SAO VỚI CÁC VẤN ĐỀ BÀN CHÂN

PHẢI LÀM SAO VỚI CÁC VẤN ĐỀ BÀN CHÂN

Những thay đổi cần lưu ý:



Thay đổi về hình dạng bàn chân hoặc màu móng.



Da chân nứt nẻ, đặc biệt là gót chân hoặc ngón chân.



Dấu hiệu nhiễm trùng: mủ hoặc mùi hôi từ vết thương hoặc móng chân mọc ngược, sưng tấy, nóng hoặc đỏ da.



Da ẩm ướt, có mùi hôi và bờ ở giữa các ngón chân.



Vết bầm tím, mụn nước hoặc da cứng (mô sẹo hoặc chai sần).



Loét hoặc vết thương trên bàn chân hoặc cẳng chân của quý vị.

Quý vị nên làm gì?

- Khám chân ít nhất một lần mỗi năm bởi bác sĩ, y tá thực hành hoặc bác sĩ chuyên khoa chân.
- Nếu phát hiện bất kỳ một thay đổi nào kể trên, hãy ngay lập tức đặt lịch với bác sĩ hay bác sĩ chuyên khoa chân của quý vị. Đừng chờ đến buổi thăm khám hàng năm của quý vị.
- Tránh sử dụng các thuốc trị liệu không kê đơn.
- Chăm sóc đôi bàn chân của quý vị. Giữ chúng sạch sẽ, khô ráo và thoa dưỡng ẩm.
- Chăm sóc bệnh tiểu đường của quý vị. Điều này giúp giảm nguy cơ mắc các vấn đề nghiêm trọng về bàn chân, chẳng hạn như loét, nhiễm trùng hoặc trong trường hợp xấu nhất là phải cắt cụt chân.

Nhiễm trùng nấm:



Nhiễm nấm có thể ảnh hưởng đến cả da và móng. Nó có thể khiến da trở nên đỏ, ngứa và nứt nẻ, móng chân có thể trở nên dày và có hình dạng bất thường.



Hãy đến gặp bác sĩ hoặc dược sĩ của quý vị để được điều trị đúng cách sớm nhất có thể.



Không dùng chung kéo, bấm hoặc dũa móng tay của quý vị. Làm sạch dụng cụ bằng khăn tẩm cồn ngay sau khi sử dụng chúng trên móng bị nhiễm trùng.



Giặt riêng tất hoặc vớ của quý vị để tránh lây lan nhiễm trùng.

Hãy nhớ khám chân ít nhất một lần mỗi năm bởi bác sĩ, y tá thực hành hoặc bác sĩ chuyên khoa chân. Quý vị có thể cần kiểm tra thường xuyên hơn nếu gặp vấn đề với bàn chân.