

HOSPITAL DE LA
SEGURIDAD SOCIAL
CADIZ

**CONSEJOS PARA
PACIENTES CON
"PIE DIABETICO"**

UNIDAD DE ANGIOLOGIA
Y CIRUGIA VASCULAR

- Lavar los pies todos los días con agua templada y jabón suave, sin tenerlos mucho tiempo en remojo. Secarlos bien.
- Examinarse el pie habitualmente buscando cortes, grietas, heridas,...
- Aplicarse diariamente en el pie, con un suave masaje, un poco de crema que contenga Lanolina.
- Las uñas deben cortarse o limarse de forma transversal, en línea recta. No dejarlas excesivamente cortas.
- Evitar las callosidades usando calzado cómodo y flexible.
- Si un dedo produce presión sobre otro, poner entre ellos un poco de algodón.
- Evitar el calor excesivo en contacto con los pies.
- No usar esparadrapo de tela en contacto con la piel de los pies.
- Inspeccionar diariamente el interior del calzado en busca de posibles objetos extraños.
- Procurar no andar descalzo/a.
- Mantener los pies abrigados, sin exceso.
- Realizar todos los días los ejercicios recomendados
- Llevar la dieta adecuada.
- Realizar control periódico de su diabetes.
- Tomar la medicación prescrita.
- Acudir puntualmente a las revisiones.
- Visitar regularmente a el médico para que examine los pies.
- No usar calcetines con costuras gruesas.
- Informar al podólogo de que el paciente es diabético.