



HASTA REHBERİ

Prof. Dr. Mustafa Gökhan Bilgili

Diyabetik ayak ve uzuv koruyucu cerrahi

PRATİK BİLGİ KARTI

Ayakkabı ve çorap kontrol listesi

Basınç ve sürtünmeyi azaltan seçimlerle günlük yaralanma riskini düşürün.

Korunma

2 dakika

- Ayakkabıyı giymeden önce içini yabancı cisim, dikiş veya kıvrım açısından kontrol edin.
- Ayağa uygun genişlikte, sürtünmeyen ve parmaklara yer bırakan ayakkabı seçin.
- Yeni ayakkabıyı kısa sürelerle kullanmaya başlayın; her kullanımdan sonra ayağı kontrol edin.
- Temiz, kuru, sıkmayan çorap kullanın ve günlük değiştirin.
- Ev içinde bile çıplak ayakla yürümeyin.

Bu kart genel bilgilendirme amaçlıdır; muayene, tanı veya kişisel tedavi planının yerini tutmaz.