



GETTING STARTED®

Уход за ступнями: что следует и чего не следует делать



Всегда носите обувь
или шлепанцы

Не ходите босиком



Следует:

Всегда носить туфли
или шлепанцы



Следить за
мягкостью кожи
Смазывать кремом
верхнюю и нижнюю
сторону ступни



Мыть ступни
только в
теплой воде



Не следует:



Ходить босиком



Допускать сухость
ступней и появление
на них трещин

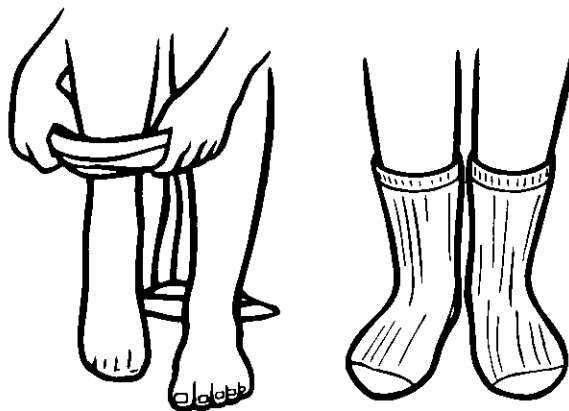


Мыть ступни в
горячей воде

Носите удобную обувь
надлежащего размера



Носите чулки или носки



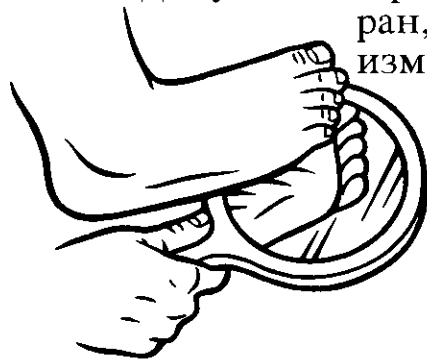
Не носите рваную
или тесную обувь



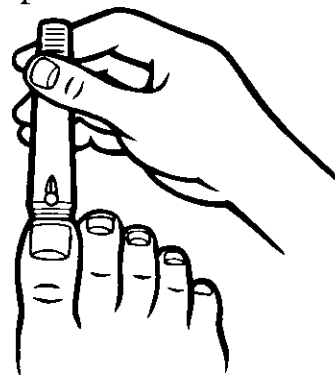
Не носите тесные
носки или гольфы

Следует:

Ежедневно осматривать и
ощупывать ступни, чтобы не
допустить образования открытых
ран, порезов и
изменений цвета



Срезать ногти по
прямой линии*

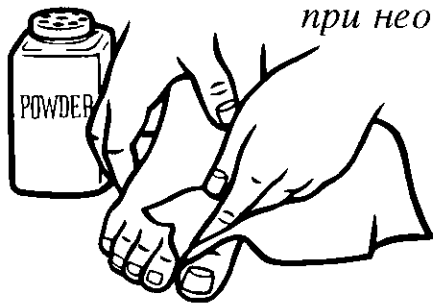


Проверить ступни
у терапевта или
ортопеда



*Посоветуйтесь с
врачом при наличии
болезни нервов.

Держать ступни в сухости,
особенно между пальцами
Используйте порошок, но только
при необходимости



Не следует:



Использовать медикаменты
от мозолей и бритвы



Использовать грелки-
подушки, бутылки с
горячей водой и йод;
они могут причинить
вред

Call B-D Consumer Services 1-800-237-4554
and visit our web site at www.bd.com/diabetes

**BECTON
DICKINSON**

BECTON DICKINSON CONSUMER PRODUCTS
Becton Dickinson and Company
Franklin Lakes, New Jersey 07417-1883

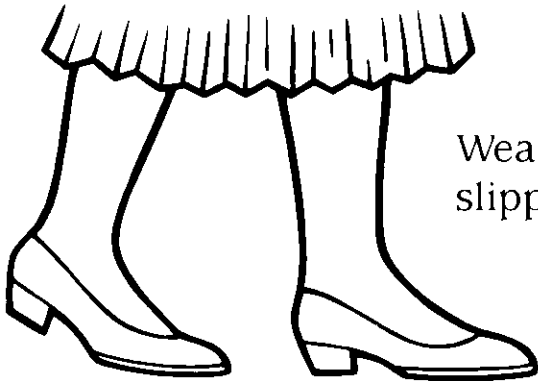
B-D, GETTING STARTED and ULTRA-FINE are trademarks of Becton Dickinson and Company.



BD

GETTING STARTED®

Foot Care Dos and Don'ts



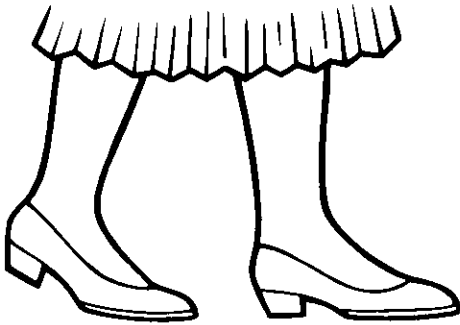
Wear shoes or
slippers at all times

Don't go barefoot



Do:

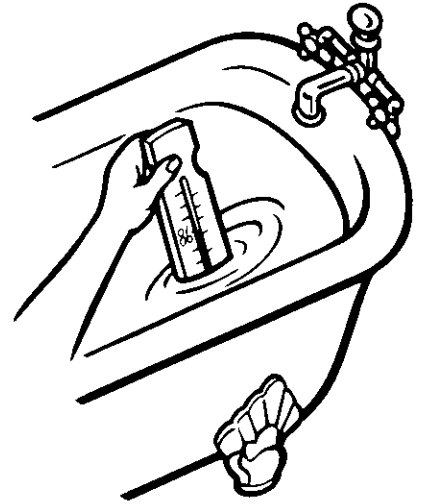
Wear shoes or slippers at all times



Keep skin soft
Put lotion on top
and bottom of feet



Use only
lukewarm
water



Don't:



Don't go barefoot



Don't let feet get
dry and cracked

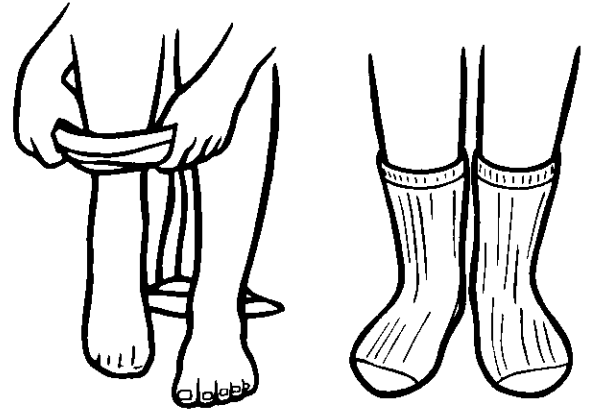


Don't use hot water

Wear comfortable shoes that fit well



Wear pantyhose or socks



Don't wear torn or tight shoes



Don't wear tight socks or knee-highs

Do:

Look and feel feet daily for open sores, cuts or color changes



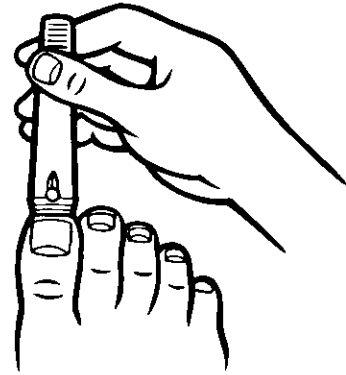
Keep feet dry, especially between toes
Use powder *if* needed



Have feet checked by your doctor or a foot doctor



Cut toenails straight across*



*Check with your doctor if you have nerve disease.

Don't:



Don't use corn medicines or razors



Don't use heating pads, hot water bottles or iodine; they can cause harm

Call B-D Consumer Services 1-800-237-4554
and visit our web site at www.bd.com/diabetes

BD Consumer Healthcare
Becton Dickinson and Company
Franklin Lakes, New Jersey 07417-1883

B-D and GETTING STARTED are trademarks of Becton Dickinson and Company.