

POUR QUI, POURQUOI ?

Prendre soins de ses pieds ne s'adresse pas seulement aux patients diabétiques mais également à tout patient souffrant d'une insuffisance rénale chronique (IRC). En effet, l'IRC est de facteur de risque de lésions des pieds en raison de l'augmentation des troubles de la vascularisation (artériopathie), d'une atteinte nerveuse qui se traduit par une diminution de la sensibilité protectrice (neuropathie) et souvent d'une sécheresse cutanée.

Voici quelques recommandations très simples pour prévenir l'apparition de lésions qui peuvent devenir graves.



En cas de blessure :

- Je désinfecte
- Je mets un pansement
- J'en parle sans tarder à mon médecin ou mon infirmier (ère)

NOS CONSEILS

- Ne pas marcher pieds nus
- Ne pas se couper les ongles mais les limer
- Ne pas utiliser de substances corrosives (coricides)
- Se laver les pieds tous les jours à l'eau tiède et bien sécher entre les orteils
- Ne pas faire de bain de pieds prolongés
- Crémér tous les jours les pieds en cas de sécheresse
- Se faire aider par une tierce personne si on ne peut faire ses soins seul(e)
- Aller chez le pédicure régulièrement
- Regarder chaque jour la plante des pieds à l'aide d'un miroir
- Ne pas utiliser de bouillotte ni de coussin électrique
- Porter des chaussures adaptées
- Ne pas porter de chaussures neuves plus d'une heure d'affilée
- Porter des chaussettes en coton, laine ou soie et en changer tous les jours
- Rechercher en mettant la main dans les chaussures ou les chaussons l'absence de corps étrangers

