

Pourquoi les personnes diabétiques doivent particulièrement prendre soin de leurs pieds ?

Le diabète peut provoquer :

- ❖ Une altération voire perte de la sensibilité (appelée neuropathie) au niveau des pieds.
- ❖ Une fragilité plus grande de la peau.
- ❖ Une atteinte des petits vaisseaux sanguins.
- ❖ Une tendance aux infections plus importante.
- ❖ Une difficulté à la cicatrisation.

Ainsi une personne diabétique peut se blesser aux pieds sans le sentir et la lésion peut s'aggraver plus rapidement que chez une personne non diabétique.



PRISE EN CHARGE

- ❖ Certaines assurances remboursent.
- ❖ Analyse de la marche et de la posture.
- ❖ Hygiène des soins irréprochables.
- ❖ Conseils personnalisés et adaptés.
- ❖ Aide apportée au choix des chaussures.
- ❖ Appareillages médicaux confectionnés sur-mesure.
- ❖ Rapport médical transmis pour le partager avec le réseau soignant.



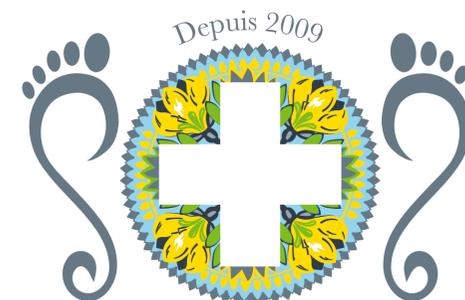
CLINIQUES PODOLOGIQUES PAEZ
LAUSANNE & BLONAY

021 625 38 89

cl.podo.lsne@gmail.com

WWW.CLINIQUE-PODOLOGIQUE.CH

PATIENT DIABÉTIQUE



HygiFeet®

par Clinique Podologique Paez Sàrl
partenaire du **Montreux Trail Festival**

Conseils podologiques





DÉCONSEILLÉ / INTERDIT

1. Ne pas marcher pieds nus.
2. Ne pas utiliser de produits coricides, ni virucides.
3. Ne pas employer de coupe-cors, coupe-cuticules, ni d'autres instruments tranchants.
4. Ne pas se tailler soi-même les cors, ni les ongles; utilisation de la lime possible.
5. Ne pas arracher les peaux.
6. Ne pas mettre les pieds proches ou en contact d'une source de chaleur (chauffage/cheminée).

LA CONFIANCE DES MÉDECINS ET DU RÉSEAU SOIGNANT EST DÉTERMINANT

Les problèmes de pieds chez les personnes diabétiques sont fréquents mais peuvent être évités.
Notre rôle de podologue a toute sa place dans la prise en charge de cette maladie.
Nous avons créé le label qualité : HygiFeet.



RECOMMANDATIONS

- ❖ Connaître votre taux d'**hémoglobine glyquée** (% ou mmol) qui signe l'équilibre du diabète
- ❖ Connaître d'évolution de votre **sensibilité**; **Test au diapason** de 0 à 8/8.
- ❖ Demander une **ordonnance médicale** pour les consultations podologiques à votre médecin.
- ❖ Consulter votre podologue **minimum une fois par an**.
- ❖ Faire un **bilan** : posture et marche.
- ❖ **Consulter impérativement** médecin ou podologue en cas de paie ou d'ongle incarné.
- ❖ **Examiner** quotidiennement et minutieusement vos pieds et chaussures.
- ❖ **Sécher** correctement vos pieds, entre les orteils pour éviter mycoses, macérations et infections (utilisation possible foehn à froid)
- ❖ Pratiquer une activité physique; **marche** au minimum.
- ❖ Entretenir la **souplesse** des pieds : massage avec petite balle et mobilisation des orteils.
- ❖ Choisir et **adapter ses chaussures**.

