



編訂日期:109年11月21日

修訂日期:112年9月25日

## 糖尿病足部照護

### 一、為什麼足部護理很重要？

糖尿病患者常併發血管及神經病變，造成感覺變遲鈍、血液循環變差，所以容易感染，傷口不容易癒合，嚴重者甚至須截肢，因此要特別注意足部的護理。

### 二、造成足部受傷的原因：

1. 足部變形，導致走路局部的受壓
2. 外傷或穿不合適的鞋子
3. 鞋子裡有石頭或異物、凸出的釘子，自己沒有感覺而受傷
4. 修剪指甲時，不小心割傷皮膚

### 三、平時如何做好足部照護

1. 每天做足部清潔，並檢查雙腳有無受傷、潰瘍或硬皮
2. 將腳徹底洗乾淨並擦乾，特別是腳趾間，不要用力來回擦拭以免破皮
3. 每天檢查腳與趾間的部位，視力不清者可以由家屬代替
4. 避免赤腳或只穿襪子走路
5. 避免自己處理雞眼或硬繭
6. 不穿拖鞋外出，尤其是夾腳拖
7. 選擇淡色系的棉襪，若有傷口時可發現分泌物或血液，且襪子每日換洗
8. 可做足部運動，來促進血液循環
9. 不要走石頭步道，以免受傷

### 四、修剪指甲注意事項

1. 可使用放大鏡的指甲剪。
2. 用趾甲剪修趾甲，勿用剪刀或小刀修剪趾甲
3. 可使用挫刀將指甲尖銳的地方磨平
4. 修剪指甲時要休誠與腳趾輪廓等齊



道周醫院

道周醫療 社團法人

護理部關心您~

修訂者：吳佳蕙