



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