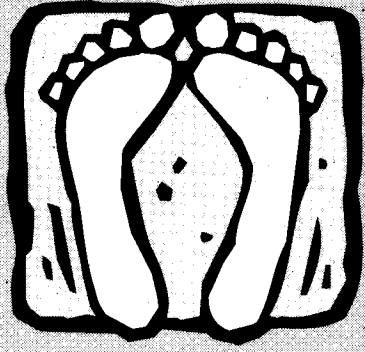


الأشخاص الذين  
بُتر جزء من ساقهم

والمساعدة التي توفرها  
لهم العناية بالأقدام



lower limb amputees – how podiatry can help



هذا المنشور من إعداد دوليان خوري لدائرة معالجة الأقدام لدى  
خدمة صحة ليفربول ومن إنتاج المؤسسة الأسترالية لمكافحة  
السكري، فرع نيو ساوث ويلز Diabetes Australia - NSW.

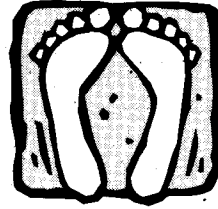
July 1998

أرقام الهواتف المذكورة صحيحة وقت النشر،  
إلا أنه لا يجري تحديثها بانتظام. لذلك قد تحتاج  
للتأكد من صحة الأرقام بمراجعة دليل الهاتف.

REVIEWED  
October 2003  
NSWMulticulturalHealthCommunicationService

Diabetes Australia-NSW

26 Arundel Street, Glebe NSW 2037  
هاتف: 02 9552 9900 • فاكس: 02 9660 3633  
العنوان الإلكتروني: edu@talent.com.au



تم إعداد هذا المنشور وإنتاجه للمحافظة على صحة  
وسلامة أقدام جميع المصابين بالسكري.

## الأشخاص الذين بُتر جزء من ساقهم

والمساعدة التي توفرها لهم العناية بالأقدام إذا كانت عملية البتر في حالتك ناجمة عن مرض وعائي أو عن السكري فإن المعلومات التالية في غاية الأهمية للعناية بساقتك الأخرى.

## النظافة الصحية اليومية

- اغسل قدمك كل يوم لكن لا تنقعها في الماء.
- إفحص قدمك بانتباه، وابحث عما إذا كان هناك تغيير في اللون في رؤوس أصابع قدمك. تأكد من عدم وجود أية جروح أو قروح أو قرون أو دشابذ (عظمية).
- لا تستعمل الحجر الحفاف أو أية مواد حادة أخرى.
- استعمل كريمات التطرية مثل Sorbolene, Dermadrate، أو Calmurid إذا كان الجلد جافاً.

## الأحذية

- إلبس أحذية تناسب قياس قدمك تماماً.
- لا تلبس الشباشب أبداً فإنها لا تؤمن الحماية الكافية لك.

## المزايا المطلوبة عند شراء الأحذية:

- نعل يمتص الصدمات.
- طول وعرض يناسبان طول وعرض القدم.
- أحذية إما برباطات أو قطع لاصقة أو إيزيمات.
- كعب منخفض.

## العناية بالأظافر

- قص الأظافر بخط مستقيم ثم ابردها بالمبرد.
- إذا كانت هناك زوايا حادة استعمل المبرد لتنعيمها.
- تجنب دائماً قص جوانب الأظافر أو إدخال أية أشياء حادة فيها.

## العناية العامة بالأقدام

- لا تقص الجلد الذي زادت سماكته.
- لا تلبس جوارب أو أحذية ضيقة جداً لأنها تعيق الدورة الدموية.
- إبق أية جروح أو كشوط مغطاة بضمادة. تجنب استعمال مواد التطهير.
- لا تدخن. فهذا قد يؤدي إلى المزيد من ضرر الأوعية الدموية.
- استشر معالج الأقدام بصورة منتظمة.

اعتبارات خاصة:

---

---

---

---

---

---

---

---