傷をつくらない方法を習得しましょう！

フットケア通信⑤

傷をつくらないポイント

- ○ 自分に合った靴を履く。

- ○ 靴下を履く。
  （皮膚の保護）

- ○ 足にクリームを塗る。
  （皮膚の保湿）

- ✕ サンダルを履くのはダメ。
  （転倒や傷予防）

- ✕ カイロの使用はダメ。
  （やけど予防）

- ✕ 喫煙はダメ。
  （動脈硬化予防）

わからないことがあれば、いつでもスタッフにご相談ください！！