IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Прием сестры диабетической стопы для больных диабетом

Наши сестры диабетической стопы проводят **лечебный педикюр для диабетиков** на основании **направления от врача или сестры по специализации.**

Без диагноза диабета можно обратиться к сестрам диабетической стопы центра эндокринологии на **платный прием**.

Если Вы больны диабетом, Вы можете обратиться к нам за лечением и консультацией, если у Вас есть

- проблемы или трудности с уходом за ногами;
- вросший ноготь;
- повреждение кожи, язва или начинающееся воспалительное заболевание;
- послеампутационная рана.

Прием сестры диабетической стопы включает в себя:

- обучение уходу за ногами в домашних условиях;
- лечебный педикюр;
- лечение вросших ногтей;
- лечение язв на ногах и обучение уходу за ранами.

Ежедневный уход за ногами

Делайте	Не делайте
Ежедневно осматривайте свои стопы, при необходимости используя зеркало.	Не ходите босиком.
Осматривайте кожу на предмет покраснений, отеков, утолщений, волдырей, язв и травм.	Не удаляйте мозоли и бородавки самостоятельно – обратитесь в кабинет лечения стопы.
Мойте ноги каждый день, но **не держите их долго в воде**.	Избегайте носков и чулок из синтетических материалов.
Тщательно высушивайте ноги, включая пространство между пальцами.	Не носите неудобную или тесную обувь.

Делайте	Не делайте
Регулярно наносите крем на ноги (избегайте попадания крема между пальцами).	
Подстригайте ногти на ногах по прямой, при необходимости сходите на лечебный педикюр.	
Прежде чем надевать обувь, проверьте, нет ли внутри камней или острых предметов.	

НАПРАВЛЕНИЕ на прием

- от семейного врача, врача-специалиста, сестры по специализации *(видно на портале здоровья)*
- Направление на повторный прием *(не видно на портале здоровья)*

Записаться на прием можно:

- через портал здоровья https://www.terviseportaal.ee/ru/
- по телефону 666 1900 **ПН-ПТ 7:30-18:00**
- на стойке регистрации