

10 consigli utili per la cura dei tuoi piedi



1

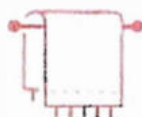
1 INFORMATI - Informati dal tuo specialista per capire i primi sintomi e prendere le giuste precauzioni



2 OSSERVA - Osserva i piedi tutti i giorni e se trovi arrossamenti o piccoli tagli rivolgiti al medico o chiamaci



3 LAVA - lava i piedi con acqua tiepida e un detergente neutro, non aggressivo



4 ASCIUGATI - Asciuga bene anche tra le dita, l'umidità non fa bene alla pelle



5 RIMUOVI - Rimuovi le callosità delicatamente con pietra pomice. Se ci sono calli rivolgiti ad un podologo



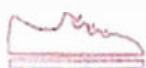
6 CURA - Cura le unghie limandole, frequentemente, solo con lime di cartone



7 IDRATA - Idrata il piede con una crema che mantenga elasticità e morbidezza, massaggiando a fondo (non tra le dita)



8 USA - Usa calze comode, traspiranti, senza cuciture e senza rammendi. Non camminare scalzo



9 SCEGLI - Scegli scarpe con suola larga, tomaia ampia e calzata alta. Acquistale in tarda giornata quando il piede è più gonfio



10 SEGUI - Segui uno stile di vita sano, una dieta bilanciata, tenendo sempre monitorata la glicemia



COSA FACCIAMO

- SCREENING rischio ulcerativo
- EDUCAZIONE sanitaria e terapeutica
- PREVENZIONE lesioni e complicanze
- TRATTAMENTO lesioni
- PRESCRIZIONE presidi (plantari e scarpe)
per pazienti con invalidità civile

CHI SIAMO

Diabetologi Vincenzo Stoico
Fabrizia Perrone
Anna Altomari

Infermieri Barbara Baldo
Patrizia Piccagli
Valeria Ronca
Ambra Zampini
Maria Chiara Rizzello

Coordinatore Angelica Spinamano

Consulenti M. Bruti, Chirurgo plastico
M. Merighi, Infettivologo
G. Puppini, Radiologo interventista
G. Veraldi, Chirurgo vascolare
E. Samaila, Ortopedico

DOVE SIAMO

Azienda Ospedaliera Universitaria
Integrata Verona , Borgo Trento
Padiglione 22b
Ambulatori 6, 7, 8, 9, 10



CONTATTI

Orario : dal lunedì al venerdì ore 07.30 – 15.00

Telefono 045-8123330 Fax 045-8121984
dalle ore 13,00 alle ore 15,00

Email endocrinologia.metabolismo@aovr.veneto.it

AZIENDA OSPEDALIERA
UNIVERSITARIA
INTEGRATA VERONA
Piazzale A. Stefani 1 - 37126
Verona

AMBULATORIO PIEDE DIABETICO

"Marina B. Zenere"



ENDOCRINOLOGIA,
DIABETOLOGIA e MALATTIE
METABOLICHE
AOUI Verona , Borgo Trento

Padiglione 22b, Ambulatori 6, 7, 8, 9, 10
Orario: dal lunedì al venerdì ore 07.30-15.00
Telefono 045-8123330 – Fax 045-8121984
dalle ore 13,00 alle ore 15,00