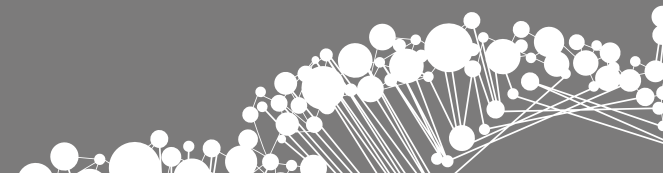


Notes

Atelier Facteurs de risques cardio-vasculaires et membre controlatéral

J'AI UNE MALADIE DES ARTERES

Que dois-je faire ?



• Je dois ...



- ... Bien surveiller mon diabète.
- ... Surveiller mon alimentation, mon poids.
- ... Arrêter de fumer.
- ... Porter des chaussettes non serrées et des chaussures adaptées et en bon état.
- ... Etre actif, marcher le plus possible avec ma prothèse.
- ... Surveiller ma tension artérielle, mon taux de cholestérol.
- ... Surveiller ma peau tous les jours, mes ongles, éviter les chocs (enlever les tapis et les obstacles dans la maison susceptibles de me faire tomber)... et voir mon médecin si quelque chose, me semble anormal ou nouveau...
- ... Faire surveiller et soigner mes pieds régulièrement par un podologue.
- ... Bien suivre mon traitement.
- ... Faire surveiller régulièrement les artères de mes jambes par mon angiologue habituel, et les autres artères (cœur/ cerveau).



• Je ne dois pas ...



- ... Me soigner tout seul lorsque j'ai une plaie de la jambe ou des mycoses sans en parler à mon médecin.
- ... Attendre de voir mon médecin traitant pour qu'il surveille mes pieds.
- ... Me couper moi-même les ongles des orteils lorsqu'ils sont trop longs ou que j'ai un ongle incarné.
- ... Arrêter mes médicaments lorsque je n'en ai plus à la maison, mais revoir mon médecin traitant avant.
- ... Marcher pied nu.
- ... Manger trop sucré ou trop gras.

