

Sådan bruger du behandlersandaler

Du skal have behandlersandaler, fordi vi vurderer, at dit fodsår ikke kan hele i dine almindelige sko. Din fod har behov for ekstra beskyttelse og aflastning i form af behandlersandaler med eller uden indlæg, der er lavet specielt til dig. Behandlersandalen med eller uden indlæg aflaster såret, så der kommer mindre tryk, og det får derfor bedre betingelser for at kunne hele.



Sådan ser en behandlersandal ud.

SÅDAN BRUGER DU SANDALERNE

Brug sandalerne, når du støtter på dine ben

Du skal *altid* have dine behandlersandaler på, når du støtter på dine ben. Det gælder både, når du går og står, udenfor og indenfor.

Når du går med behandlersandalerne, støtter og aflaster de dit sår, og der dannes fint nyt væv. Det nye væv er sart. Der er derfor risiko for, at det bliver ødelagt, og at der opstår forværring, hvis ikke du har behandlersandalerne på. Det gælder også, hvis du går på toilettet uden sandalerne eller skal have et hurtigt brusebad. Det kan derfor være en fordel, at du sidder ned, når du tager brusebad.

Sørg for, at sandalerne sidder rigtigt

Når du tager behandlersandalerne på, skal du:

- tjekke, om der er småsten eller lignende i sandalerne
- sætte hælen helt tilbage i skoene, inden du spænder dem, så de spændes godt fast.

Den yderste rem ved tæerne skal ikke spændes, men bare lægges på, så velcroen lige fæstner.

Afstem aktivitetsniveau med din behandler

Når du har et sår på foden, skal du formentlig gå mindre, end du plejer, for at give såret bedre muligheder for at hele. Spørg din behandler, hvor meget du må gå, og om der er alternative måder, du kan træne på, så du holder blodcirkulationen i gang og samtidig aflaster dit sår.

Tjek dine fødder dagligt

Det er vigtigt, at du dagligt tjekker dine fødder for trykmærker og rødme. Hvis der opstår gener, når du bruger dine behandlersandaler, skal du kontakte os og få en tid, så dine gener ikke udvikler sig til et nyt eller større sår.

VÆR OPMÆRKSOM PÅ

Hvis behandlersandaler og indlæg bliver våde, må de ikke tørres på radiator eller lignende, men skal tørre langsomt, da indlæggene ellers kan blive stive og hårde.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Diabetes Fodcenter
Tlf. 97 66 66 45