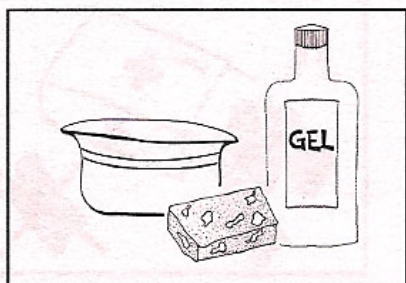


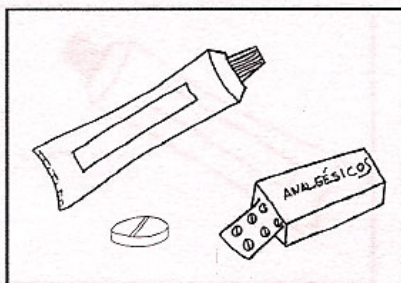
ÚLCERAS ISQUÉMICAS EN LAS PIERNAS

Información y consejos prácticos

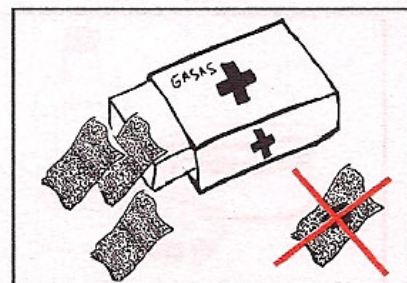
ES ACONSEJABLE



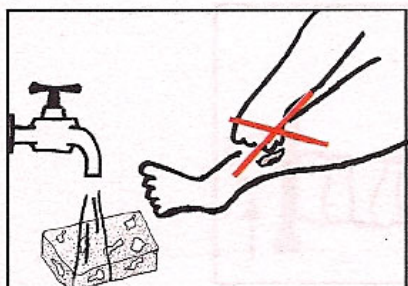
Lavar la úlcera con agua o suero fisiológico y jabón neutro, ayudándose con una gasa o una esponja suave estéril



Realizar la cura y tomar la medicación según las indicaciones del médico. Se pueden tomar analgésicos en caso de dolor



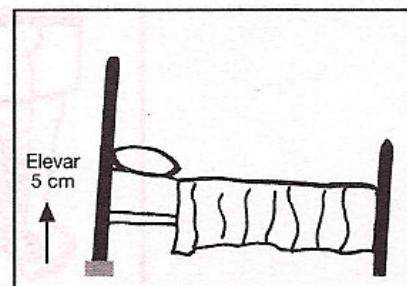
Después de la cura, cubrir la zona ulcerada con un apósito nuevo (gasa estéril)



Evitar el rascado, las irritaciones y las grietas en los pies, manteniendo una buena hidratación de la piel

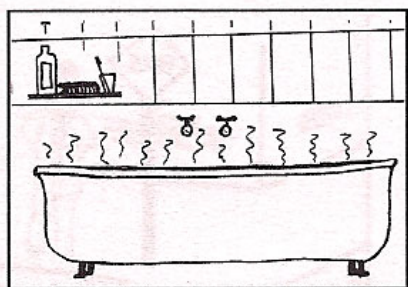


Seguir las recomendaciones del médico, sobre los factores de riesgo: diabetes, hipertensión, colesterol, tabaco



Dormir con las piernas en ligero declive: elevar la cabecera de la cama con alzas de 5 cm como máximo

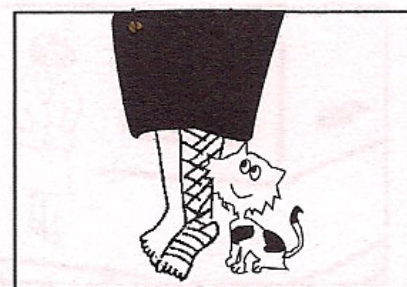
ES NEGATIVO



Tomar baños demasiado calientes y permanecer en ambientes caldeados y/o húmedos



Caminar descalzo por piscinas, playas e instalaciones deportivas, así como usar calzado poco transpirable estrecho o puntiagudo



Tener contacto con animales que puedan transmitir infecciones (bacterias u hongos)