

Autonomisation à chaque Etape

GUIDE DE SOINS DES PIEDS POUR LE DIABÈTE

Soins quotidiens des pieds
Ta première ligne de protection

LAVEZ bien vos pieds **CHAQUE JOUR** en utilisant de **l'EAU TIÈDE SAVONNEUSE**



Vérifiez vos pieds pour détecter des **PLAIES, COUPURES, AMPOULES CORNES OU ROUGEURS**



- ✓ **SECHEZ** vos pieds avec précaution
- ✓ Appliquez une **CRÈME HYDRATANTE**
- ✓ **ÉVITEZ** Hydratation entre les orteils

Ongles d'orteils coupés
Un bon entretien des ongles favorise le confort et aide à prévenir la douleur ou les blessures.

Ongles d'orteils coupés **DROIT** pour éviter les ongles incarnés



- ✓ Limer les arêtes vives avec une **LIME A ONGLES**

Des chaussures adaptées qui vous soutiennent
Ce que vous portez compte — chaque pas compte.



Portez des **CHAUSSETTES** et des **CHAUSSURES** (ou des chaussons) à la maison

- ✓ **NE MARCHEZ PAS PIEDS NUS**, même à la maison
- ✓ Vérifiez vos chaussures pour **OBJETS TRANCHANTS** avant de les porter
- ✓ Choisissez des **CHAUSSURES BIEN AJUSTÉES** qui ne pincent pas ni ne frottent



Bougez
Avec confiance

- ✓ **Exercice** Améliore la circulation dans vos jambes et pieds
- ✓ Marchez avec des **CHAUSSURES CONFORTABLES ET SOLIDES**
- ✓ **ÉVITEZ DE MARCHER s**i vous avez des plaies ouvertes aux pieds

Par construction **Habitudes simples de soins aux pieds**, Vous jouez un rôle actif dans la protection de votre santé. Chaque pas sain que vous entreprenez soutient le confort, la sécurité et la confiance en vous — aujourd'hui et pour l'avenir.

Si vous remarquez des changements dans vos pieds, contactez votre professionnel de santé.

Vous n'êtes pas seul sur ce chemin.

Ce matériel est destiné à l'éducation des patients.

Référence :
Conseils pour le soin du diabète et des pieds. | Association américaine du diabète. Disponible sur https://diabetes.org/health-wellness/diabetes-and-your-feet/foot-care-tips. Consulté le 26 février 2026

sanofi
Sanofi Winthrop Industrie
82 avenue Raspail 94250 Gentilly, FRANCE
MAT-GLB-2605400 | Version 1.0 |

Pour les articles sur la page impact.sanofi :

L'autonomisation à chaque étape :

Renforcer les soins du pied diabétique grâce à la prévention quotidienne

Pour les personnes vivant avec le diabète, même les plus petites habitudes quotidiennes peuvent offrir une protection significative contre les complications à long terme — et les professionnels de santé sont particulièrement bien placés pour aider à faire en sorte que ces habitudes s'installent. Avec les problèmes liés aux pieds qui restent l'un des défis les plus évitables mais aussi impactants dans la gestion du diabète, votre rôle dans la promotion de soins proactifs des pieds n'a jamais été aussi crucial.

Le "**Autonomisation à chaque étape : Guide de soins des pieds pour le diabète**"
L'infographie propose un outil clair et pratique que vous pouvez partager avec vos patients pour renforcer les comportements essentiels de soin de soi. De l'inspection régulière et une bonne hygiène au choix de chaussures sûres et au maintien de l'activité.
En tant que partenaires de confiance dans les soins, vous aidez les patients à traduire les conseils en confiance. Vos encouragements, vos rappels et votre éducation leur permettent de prendre en main la santé de leurs pieds — une petite étape à la fois.

Sanofi Winthrop Industrie
82 avenue Raspail 94250 Gentilly, FRANCE
MAT-GLB-2605400 | Version 1.0 |