

# DIABETES: Foot Care

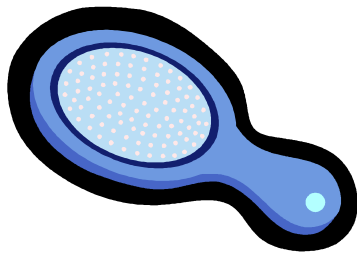
## Daily foot check

### ለስኳር በሽተኞች የእግር ህመም ለመከላከል

- Check your feet every day  
እግርዎትን ቀን በቀን ይመልከቱ
- Check top, bottom, and between toes  
እግርዎትን እላዩን፣ ታቹን እና በጣቶች መካከል ይመልከቱ



© CDC 2006



- Use a hand mirror
- Look for cuts, sores, blisters, cracks  
ካስፈለገ የእጅ መስታወት ይጠቀሙ  
ይህንን የሚያደርጉት ቁስል ወይንም ጉዳት እንዳለ ለማረጋገጥ ነው።

- See your doctor right away for foot problems  
የእግር ችግር ካለ ወዲያሁኑ ዶክተር ጋር ይሂዱ
- The sooner, the better!  
በአስቸኳይ ቢሂዱ የተሻለ ነው።



© CDC 2006