# De la nécessité de prendre soin de ses pieds quotidiennement

C’est d’autant plus complexe pour les personnes diabétiques qui souffrent d’une perte de sensibilité au niveau du pied (ne ressentent pas la douleur) et qui ne peuvent se rendre compte de l’apparition de plaies que lorsqu’elles observent leur pied.

Le Diabète LAB s’est rendu auprès de personnes diabétiques et de leurs proches pour les interroger sur leurs expériences et perceptions. L’étude montre notamment que :

1. En cas de plaie, l’objectif est de ne pas « l’aggraver », par exemple en sollicitant le moins possible les appuis touchés, en portant un chaussage spécifique (chaussures à décharge)... En conséquence, le quotidien des personnes touchées peut être fortement impacté : elles sont limitées dans leurs déplacements et dans leurs activités sociales, même les plus banales (faire les courses, aller chercher les enfants à l’école, préparer les repas…).
2. Cicatriser le plus rapidement possible est ce qui préoccupe le plus les personnes touchées par une plaie au pied. Car une cicatrisation rapide, c’est l’assurance de réduire les problèmes liés à l’immobilité, et d’éviter l’amputation.
3. Les proches peuvent être sollicités pour aider la personne atteinte, et dans ce cas c’est aussi son quotidien à elle qui bascule. S’en suivent parfois des tensions entre le proche et la personne diabétique.

D’où l’importance d’agir vite pour traiter les plaies et de prendre soin de ses pieds avant qu’elles n’arrivent.

Pour lire tous les résultats de cette étude du Diabète LAB, venez lire cet article : « Prendre soin de ses pieds un peu chaque jour »