

INSTRUCCIONES PARA EL AUTO EXAMEN

(Usted puede examinar sus propios pies o pedirle a un pariente, amigo, o vecino que lo haga por usted)



Paso 1



Paso 2

1. Sostenga el filamento rojo por el agarrador de papel (vea el paso 1).
2. Toque con movimiento suave la piel de su pie con el filamento. Toque a un lado de, y NO directamente en una úlcera, callo, o cicatriz. Hágalo por 1-2 segundos. Empuje firmemente para hacer que el filamento se doble (vea el paso 2).
3. Toque ambos pies con el filamento en los lugares indicados con un círculo que aparece en el dibujo de abajo.
4. Ponga una "+" en el círculo si es que usted siente el filamento en ese lugar y un "-" si es que usted no siente el filamento en ese lugar.
5. El filamento se puede usar nuevamente. Después de usarlo, límpielo con un algodón con alcohol.

LUGARES DEL PIE DEL DIABETICO PARA HACER EL EXAMEN DE EVALUACION

Si usted tiene "-" en cualquier círculo, lleve esta forma a su proveedor de cuidado de salud lo más pronto posible.



Fecha _____



Fecha _____

Cóloque el
Filamento
Aquí