

## QU'EST-CE QUE JE CHERCHE ?

Si vous voyez quelque chose qui ressemble à un de ces signaux avertisseurs, appelez votre professionnel des soins de santé.



### Rougeur et inflammation

Toutes parties qui paraissent rouges, enflées ou semblent « chaudes » au toucher sont des signes de problèmes potentiels.



### Ulcère ou plaie

Si vous remarquez un ulcère ou tout autre type de plaie ouverte, appelez votre professionnel des soins de santé.



### Coupure ou cloque

Assurez-vous de vérifier vos talons pour des problèmes potentiels y compris coupures, cloques, crevasses sévères ou rougeur.



### Irritation aux orteils

Observer les dessus de vos pieds et entre les orteils pour une irritation quelleconque, telle qu'un ongle incarné, est une importante étape dans la vérification de vos pieds.