

# 당뇨인의 발을 위한 관리제품

당뇨병환자가 매일 저녁에 해야 하는 일은 발을 깨끗이 닦고 보습제를 바르는 것이다. 보습제를 바르는 이유는 발이 건조해지지 않도록 보호하기 위한 것인데, 만약 발이 극도로 건조해져서 갈라진다면 갈라진 틈으로 세균이 감염될 위험이 있다. 따라서 당뇨인이란 하루에 한번씩 발을 씻고 관찰하고 보습제를 바르면서 발을 마사지해 발이 심하게 건조해 갈라지지 않도록 하는 간단한 습관을 만들어야 한다.

또 요즘은 발을 위한 전용크림이 다양하게 시판되어 당뇨인들에게 도움을 주고 있다. 발 관리 제품의 종류와 제품을 선택하는 기준은 무엇인지 알아보자.

## 발 관리 제품을 선택하는 기준

### 보습력은 필수

당뇨병환자의 발관리에서 가장 중요한 기준은 보습이다. 한 번 발랐을 때 보습력이 지속되는 시간은 모두 다르다. 그 이유는 보습력이 다르기 때문. 퍼짐성이 좋으면 적은 양으로 많이 바를 수 있다. 특히, 당뇨인들이 발에 보습제를 바를 때에는 마사지를 병행해야 하기 때문에 퍼짐성이 좋고 감촉이 부드러우며 조금씩 스며들어 마사지하는 동안 뻣뻣해지지 않게 하는 것이 중요하다. 보습력이 좋지 않아서 마사지하는 동안 여러 번 덜어 써야 한다면 처음에는 가격이 저렴해


서 결정했어도 궁극적으로는 더 낭비하는 것이 될 수 있다. 가격이 조금 비싸보여도 꼼꼼히 따져보고 좋은 제품을 선택하는 것이 현명하다.

### 항균성분은 선택

혈액순환을 촉진하거나 항진균성분이 첨가되는 경우도 있다. 양말, 스타킹, 신발 등을 신고 있기 때문에 세균이 번식하기 쉬운 환경이어서, 면역력이 약해 한번 감염이 되면 쉽게 낫지 않기 때문에 제품에 항진균 성분이 포함되어 있다면 도움이 된다.

### 유분기와 알콜성분은 적게

알콜성분이 포함되어 있는 발 크림은 바르는 순간은 시원하지만 금방 마르며 수분을 함께 빼앗아가 발이 더욱 건조해질 위험이 있다. 또한 유분기가 많은 발 크림은 기름기가 다 흡수되지 못하면 미끌미끌해 노인들의 경우 넘어질 위험이 있으므로 피하도록 한다.

발 크림은 화장품 판매점, 발 관리 전문점, 약국 등에서 구매할 수 있다. 특히 당뇨병환자들을 위한 발 크림도 약국에서 구할 수 있는데, 전문의의 처방전으로 더 저렴하게 구매할 수 있다. 발 크림을 구할 수 없다면 핸드크림 등으로 대신해도 좋다. 

## 용도별 발 관리 제품들

### I. 세정기능 제품



식스투메드 - 워시토닉  
당뇨인이 발에 상처가  
있어 발을 씻을 수 없  
는 경우, 세정과 보습  
을 한다.



식스투메드 - 풋바스  
(발목욕 오일)  
보습성분의 세정제,  
세정 후 피부의 건조  
및 자극을 방지한다.



페딕스 - 풋바스  
발의 각질을 녹여내어  
제거한다.

### II. 보습기능 제품



식스투메드 - 푸스발삼  
(발크림)  
건조하고 예민한 발에  
면역력과 재생력을 준  
다.



식스투메드 - 푸스 스프  
레이  
스프레이 타입으로 발  
의 피로회복과 보습을  
돕는다.



페딕스 - 다이아벡스 크림  
발에 유수분을 공급하  
고 혈액순환을 도우며  
항진균 기능을 포함하  
다.



페딕스 - 풋 에멀전  
혈액순환을 돕고 피부  
를 부드럽게 하여 부종  
에 효과적이다.



뉴트로지나 - 풋크림  
글리세린이 함유되어  
건조해지고 갈라지기  
쉬운 발에 보습을 준다.

### III. 기타 기능 제품



페딕스 - 미코틴 스트롱  
세균번식을 막아 무좀  
예방 및 치료를 한다.



페딕스 - 풋 스프레이  
땀 및 피지분비를 억제  
하여 발 냄새를 경감시  
킨다.