

توصيات على *جوشي أبهيجيت* الدك تور لمرضى المقصود هو

العدوى أو الجرح أي لديهم ليس الذين لأولئك والمقصود تغذيرات أي دون بال ضبط التالية التعديلات باع يجب فقط

جوشي أبهيجيت الدك تور الاتصال يرجى استفسار أي هناك يكون أن يجب

الليل في يقعد عندما واليد بال قدم العناية يتم أن يجب

تنظيف يجب قطع أو الجرح أي هناك وجد إن جرح أو جروح، احمرار، يوجد لأنه من والتأكد ال قدمين الى والنظر تف تيش مرأة أخذ

القدمين

*جوشي

أي أو دوف الصابون والسخدام البراز على الجلوس جيدا مضادة الحمام في

القدمين أصابع من لتأكد الكاحلين فوق جيديب شكل ال قدمين كلاب تنظيف وقم صابون

الماء مع دلو ماء والصابون بالماء واغسل ال قدمين أصابع بين المنطقة تنظيف وي تم

الماء تسخدم لال ساق من تصف حتى الكاحلين فوق جيديب ساق يك لرطب الكفاية فيه بما ملىء دلو نصف حتى العادي صنبور و

الساخن

البوتاسيوم من قلديلة حبيبات أو ديتول من ملاعق أربعة أو ثلاثة إضافة

جدا غامق وليس فاتح وردي يكون الماء حبيث (KMNO₄) برمنغنات وإضافة

الماتح الألام هو ما سبق من أي كان إذا برمنغنات إضافة عند الوردى اللون

دقائق 4 أو 3 لمدة وحطهم ال ساق من تصف الى يصل ما هو الماء من التأكد دلو في ال ساقين من كل تزج الآن

الدلو ومن قدميك تخرج دقائق أربع بعد

أي تطبيق الآن منشفة مع ال قدم ت جفف لا المرحلة هذه وفي

رطب منتج أي أو الهند جوز زيت / ال فازلين / نيفيا، الم مثال سديل على مرطب

تنظيف فقط الآن يمكنك ذلك، يتم عندما بالمرطب والتدليك بلطف ال قدمين كله فرك *جوشي أبهيجيت* الدك تور بها ينصح المنطقة

(ال فطرية مكافحة) الغبار مسحوق تطبيق ال قدم أصابع وتحت بين

ال قدم أصابع وتحت ال قدم أصابع بين مسحوق

الأسبوع في مرات 5 الأقل على بذلك ل لقيام ليل والجلوس ال قطنية الجوارب ارتداء

قدميك، لتسخين الكهربائية الأجهزة أو الساخن الماء زجاجة أباتس تخدم لا

ارتدي وبعدها ال قدمين حافي المشي أبدا، الاحساس الألم فقدان بسبب ذلك الحرارة، درجة الكفاية فيه بما جديت تشعر لا قد لأنك

لدينة الحذية