



# PERAWATAN KAKI DENGAN LUKA



DIREKTORAT JENDERAL  
PEMBERANTASAN PENYAKIT & PENYEHATAN LINGKUNGAN  
DEPARTEMEN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA



# 1. PERHATIAN

Mengurangi tekanan pada luka dengan cara:

- Istirahatkan kaki
- Jangan berdiri atau berjalan terlalu lama
- Memakai tongkat
- Duduk dan jangan jongkok

## 2. RENDAM

2 kali sehari  
rendam kaki  
dengan air bersih  
(tidak panas),  
selama 30 menit.

Bersihkan luka.





### 3. GOSOK

Setelah direndam  
gosok kulit yang menebal  
dengan batu apung  
untuk menjadikan kulit  
lembut dan tipis.



#### 4. OLESI

Setelah digosok  
olesi telapak kaki  
dalam keadaan basah  
dengan minyak kelapa  
yang bersih.

## 5. BALUT

Setelah kaki diolesi  
balutlah luka  
dengan kain bersih,  
supaya luka  
tidak mudah kotor.



## 6. LINDUNGI

Jangan berdiri atau berjalan lama. Selalu menggunakan alas kaki!







## 7. LINDUNGI

Memakai tongkat!

Jika harus berjalan, gunakan tongkat di sisi yang sehat, untuk mengurangi tekanan pada luka.



## 8. ISTIRAHAT

ISTIRAHATKAN

sebanyak mungkin dengan  
kaki di atas bantal.

## 9. PERHATIAN

Bila luka  
berbau,  
panas dan  
bengkak,

LAPORKAN  
KEPADA  
PETUGAS  
KESEHATAN

