

Ongle incarné

- يمكن أن تساعدك النصائح التالية في العناية بظفر إصبعك الناشب في اللحم.
- تجنب ارتداء الأحذية قدر الإمكان حتى تختفي الأعراض (يفضل الصنادل).
 - حدد موعداً مع جراح العظام لعلاج الظفر الناشب بعد 2 إلى 3 أسابيع عند اختفاء الأعراض ،
 - إتصل بطبيبك أو راجع غرفة الطوارئ في الحالات التالية:
 - تفاقم الألم أو امتداد المنطقة الحمراء / مؤلمة؛
 - ظهور القيح.
 - ظهور الحمى.
 - بعد العلاج ولتجنب التكرار:
 - اختر أحذية واسعة ومريحة.
 - قص أظفرك بشكل مستقيم وليس بشكل قوس.
 - إذا كانت لديك أي شكوك أو صعوبات في تطبيق هذه القواعد ، فقد يكون من المفيد استشارة طبيب اقدام.