

→今月の【 掲示板 】2025/10月～2025/11月

今月の待合室は、看護部より『生活習慣について・フットケア』を掲示しています。



「フットケア」って
何か知っていますか？

糖尿病・内分泌センター
では「フットケア外来」
を実施しています。



「フットケア」とは、
簡単にいうと「足のお手入れ」
のことです。

糖尿病によって起こる「足のトラブル」
である足の神経障害や血流障害、感染への
抵抗力の低下から、傷や潰瘍、さらには
足の切断を防ぐためのケアです。

「足のトラブル」って何？

- ・両足がしびれる
- ・痛みなどの感覚が感じにくくなっている
- ・足に傷ができています
- ・皮膚が乾燥して、硬くなっている
- ・爪が厚くなって、自分で切れなくなっている
- ・胼胝（たこ）や魚の目がある
- ・水虫がある

糖尿病性神経障害って何？

糖尿病が長く続くと、血糖値が高い状態により
「神経」が傷ついてしまうことがあります。
これを、糖尿病性神経障害といいます。
進行すると、温度や痛みを感じにくくなり、
怪我や熱傷の原因となります。比較的早期から出現し、
頻度も高い合併症です。

自宅でできるフットケア

- ① 足を洗う（石鹸はよく泡立てることがポイントです）
- ② 足の保湿
（入浴後や就寝前に、保湿剤を塗りましょう）
- ③ 爪のケア
（爪切りが難しい場合は、爪ヤスリで整えましょう）
- ④ フットチェック（毎日、自分の足をみましょう）

フットケア外来の対象は？

糖尿病足病室のハイリスク要因を有する通院中の患者さんです。
具体的には

- ・足潰瘍、足趾・下肢切断の既往がある
- ・閉塞性動脈硬化症がある
- ・糖尿病性神経障害がある

になります。
対象になるかは、医師や看護師に相談してくださいね。

気になる傷や足の変化があれば、
スタッフにお知らせください。



10月・11月の
テーマは「フットケア」です。



出典元：糖尿病の足ケアです。
「糖尿病性神経障害」により足の感覚障害や運動障害の症状が出現すると、
足の怪我や潰瘍、さらには足の切断につながる可能性があります。
足の怪我や潰瘍は、糖尿病性神経障害や閉塞性動脈硬化症の合併症の一つです。
足の怪我や潰瘍は、糖尿病性神経障害や閉塞性動脈硬化症の合併症の一つです。
足の怪我や潰瘍は、糖尿病性神経障害や閉塞性動脈硬化症の合併症の一つです。

今月の担当は
看護部 です