

あなたの足は大丈夫？ ～セルフケアしてみましよう～



糖尿病の合併症に末梢神経障害があります。高血糖が継続すると足の血管にも異常をきたし、気づかずに放置すると潰瘍から、最悪足切断となりさらに歩行困難から寝たきりにつながります。足を軽石でこすったり、濡れた靴下のまま放置していませんか？足がしびれる、痛い、むくむ、靴下の中の小石に気づかないなどその気づきは大切な足からのサインです。主治医に相談してみてください。血糖をコントロールして、毎日足を観察することは、足の切断を確実に防ぐことにつながります。

当院のフットケアスタッフによる足壊疽を予防する方法を紹介します。スタッフが患者さんの足裏の感覚や、足の血流、靴底のすり減り状況を観察します。そして、足の洗い方や保湿方法、爪の切り方、正しい靴の選び方の指導をしています。

