

芳賀赤十字病院

## 看護外来のご案内

### フットケア外来

フットケアってなあ～に？

「足は第2の心臓」と言われる程、かけがえのない宝物です。糖尿病で血糖コントロールが悪いと動脈硬化が進むため足の巡りが悪くなります。

そこへ糖尿病合併症である神経障害を起こすと痛みが感じにくくなります。

ケガややけどに気付かず放置すると傷口が化膿し壊疽や切断に至ることもあります。大切な足を守るには予防的なケアと早期発見が大切です。

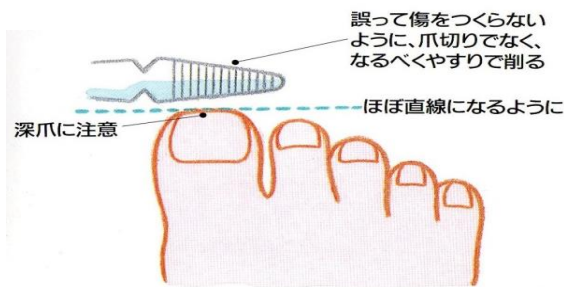
一度足のチェックをしてみませんか。

先生に相談してみましょう。

料金は保険診療の範囲で行っています。



### 爪の手入れは大丈夫ですか？



### 踵はかさかさ・ひび割れていませんか？



角化した皮膚を削り保湿ケアをす

### 胼胝・魚の目で困っていませんか？



歩くと痛みがあるタコの場合、タコを削ると楽になります。魚の目は芯を取

### フットケア5ヶ条

1. 毎日足を観察しましょう。
2. 爪の手入れも大切です。
3. 足に優しい靴を選びましょう。
4. いつも靴下をはく習慣をつけましょう。
5. 足にトラブルが起きたら早めに受診しましょう。

担当者 糖尿病看護認定看護師  
糖尿病療養指導士



実施日 月曜日 金曜日 9:00~12:00  
問合せ窓口: C 受付 (内科外来)