

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。

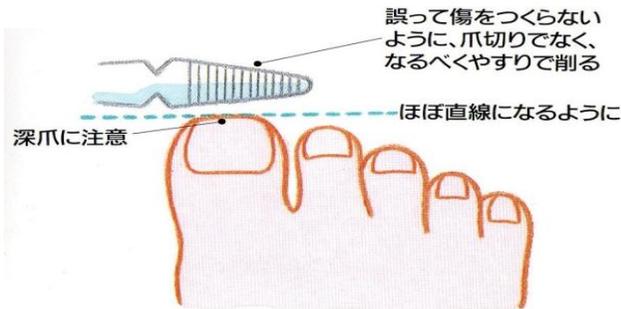
一度足のチェックをしてみませんか。担当の先生に相談してみましょう。料金は保険診療の範囲で行っています。



実施日：毎週水(10:30~15:30)金(10:30~12:30)

問合わせ窓口： C受付 (内科外来)

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るとスベスベの足になります。

胼胝・魚の目で困っていませんか？



歩くと痛みがある胼胝の場合、削ると痛みがとれます。魚の目は芯を取りきれいな足に。



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（運動靴）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。

血糖値のコントロールが悪いと傷が治りにくく悪化しやすい傾向にあります。まずは相談してみましょう。



担当者：糖尿病療養指導士
糖尿病重症化予防研修修了者