



# よろこび便り

天成会 小林内科診療所 腎透析センター

## “足は第二の心臓”

今回の号では当院で実施しているフットケアに関する情報をお届けします♪当院では基礎疾患に糖尿病がある方をはじめとし、透析患者様全員の方へ定期的にフットケアを実施しています。糖尿病等の有無に関わらず、日頃から自分で足の観察、手入れ、清潔保持を心掛けるようにしましょう！



**閉塞性動脈硬化症（ASO）**という病気をご存知ですか？

**動脈硬化**により動脈が細くなり、手や足に十分な血液が流れなくなる病気です。この病気の症状は軽いうちは“手足の冷え”程度の症状ですが、ひどくなると“歩くと足が痛くなり、続けて歩けない”、“じっとしていても足が痛い”等の症状となり、さらに悪くなると足が壊死をおこし、切断しなければならぬ状況となります。近年、食生活の欧米化や運動不足で閉塞性動脈硬化症の患者が激増し、その患者数は100万人以上いるといわれています。

## フットケアの様子♪



## 自分で出来るセルフチェック

- ♡両足の皮膚、爪の色はどうか？
- ♡むくみやしびれ、冷感はないか？
- ♡うおのめ、たこ、傷はないか？
- ♡足の指の間や爪に水虫はないか？



その他、気になる症状があれば  
看護師にお知らせくださいネ！

### フットケア専任ナースより

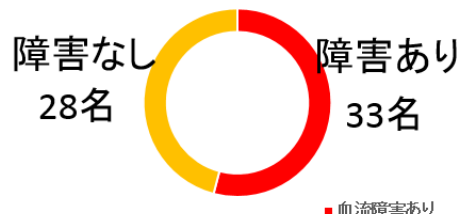
動脈硬化によって下肢(足)の循環障害を起こす病気の総称を末梢動脈疾患(PAD)と言います。特に透析されていると一般に比べてPADの有病率が高くなります。今年4月より全員の方を対象に毎月足を診させて頂いています。ご協力ありがとうございます。簡単にその結果をお知らせします。

透析患者様61人中

糖尿病患者様の人数



血流障害の人の割合



爪水虫の人の割合



■ 糖尿病の人

■ 血流障害あり

■ 爪水虫あり