

足の手入れについて！

糖尿病患者さんの足は、神経障害のために感覚が鈍くなったり、血液の循環が悪くなっていることがあります。また、感染症にかかりやすかったり、化膿しやすいため、足の観察や手入れが必要です。

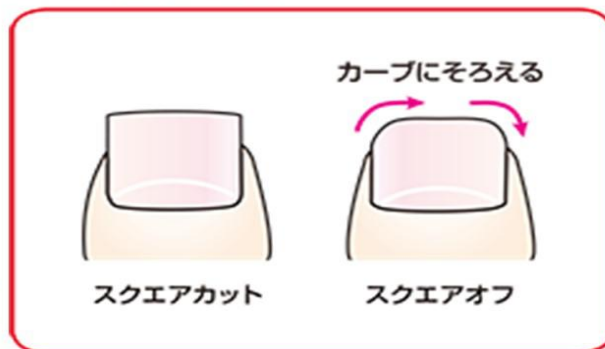
チェックポイント

1 <input type="checkbox"/> 靴擦れがないか	4 <input type="checkbox"/> 皮膚が乾燥していないか
2 <input type="checkbox"/> やけどやひっかき傷がないか	5 <input type="checkbox"/> 巻き爪など爪の変形がないか
3 <input type="checkbox"/> 「たこ」や「うおのめ」ができていないか	6 <input type="checkbox"/> 水虫・爪水虫がないか

毎日足を観察しましょう。潰瘍や壊疽の予防のためには、「早期発見、早期治療」が大変重要です！

<爪の手入れ>

図 爪の正しい切り方



宮川 晴妃 編：疾病・転倒・寝たきり予防にも役立つ
メディカルフットケアの技術 第1版 日本看護協会出版
会：53, 2007

爪の切り方は、「真っ直ぐに切る」のが正解！

深爪をしたり、爪の角を切りすぎたりすると、爪の両側が皮膚に食い込んで炎症を起こす陥入爪や巻き爪になってしまいます。

爪は白い部分を1mm残して一直線に切り、爪やすりで先端を整える程度にしましょう。