

# 糖尿病と足病変

血糖値のコントロールがうまくできず、糖尿病を悪化させることで合併症が起こり、障害が進むと、足に潰瘍や壊疽が起こります。糖尿病足病変の増加の背景には、神経障害、血流障害というような合併症を持った人が増加していることなどがあります。

糖尿病の患者様が発症しやすい足病変にはハンマートゥなどの足指の変形や、靴ずれ、水ぶくれ、爪や皮膚の白癬症(水虫)、巻き爪による炎症、胼胝、壊疽などさまざまなものがあります。



## 糖尿病による足病変のセルフケアについてのチェック

糖尿病の進行による変化をチェック

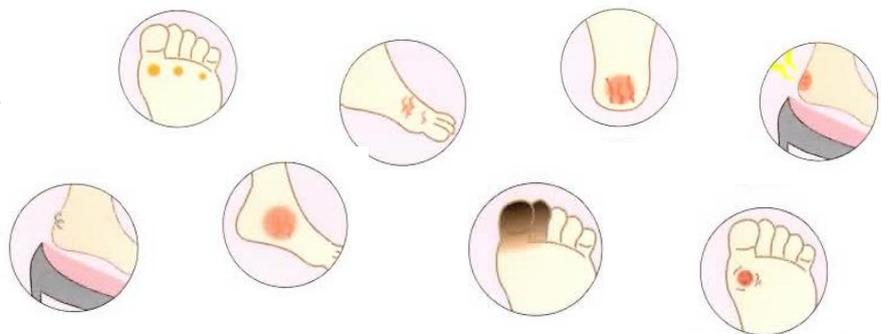
- ① 末梢神経の働きが低下する
  - しびれや痛みがあったり、感覚が鈍くなっていませんか？
  - 足がいつもほてっていたり、つりやすかったりしませんか？
- ② 動脈硬化が進行して、血流が低下する
  - 足が冷たくありませんか？
  - 足の色が悪くなっていませんか？
- ③ 皮膚の抵抗力が低下する
  - 傷が治りにくくなっていませんか？
  - ちょっとしたことでも化膿しやすくなりませんか？



## 潰瘍などに進展する病変をチェック

- ・以下のものがないか、こまめにチェックしましょう。
- ・ある場合は悪化させないように、治療が必要です。

- うおのめ、胼胝(たこ)
- 水膨れ
- 皮膚の乾燥、ひび割れ
- 腫れ
- 切り傷、ひっかき傷
- 皮膚の色の変化
- 靴ずれ
- 化膿・悪臭



日常生活で足に気を使うことはあまり多くありませんが、糖尿病があると足の手入れと早期発見と早期対処が非常に重要になります。

次回は、9月19日(水)テーマ「糖尿病ってなあに？」です

春日野会病院 糖尿病教室