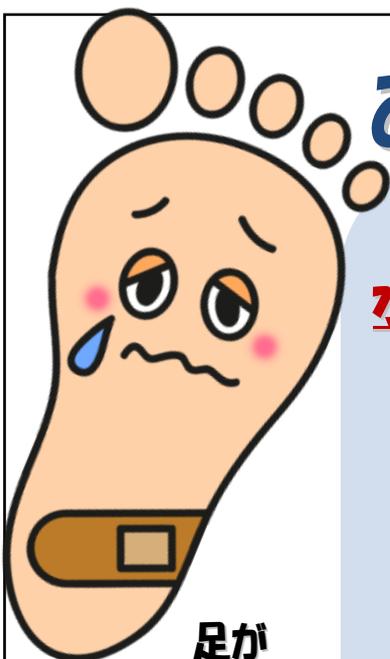


糖尿病瓦版

あなたの足は大丈夫？



足が泣いています

足や足の指の間の

水虫、爪の水虫、靴ずれ、タコ、ウオノメ

などが悪化することで、潰瘍、壊疽を引き起こし最悪の場合…

足の切断 になってしまふことがあります！

糖尿病合併症である

神経障害や**血流障害**、**抵抗力の低下**

が大きく関係しています。

どうしたら予防できるの？



足の観察

靴・靴下選び



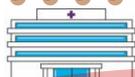
清潔

正しい爪切



足に関心を持ちましょう！足病変は予防できます！

あなたの足のお手入れが、あなたの足を守ります♪



継続した病院受診

血糖コントロール

禁煙



こんな方はいませんか…？

- ・手探りで爪を切っている
- ・爪の変形がある、爪の表面がガタガタしている
- ・足の皮膚の乾燥があり、保湿クリームを使っても良くならない
- ・足に硬い部分が所々にある、ジクジクしたとことがある
- ・靴下に膿のような汚れが付いている
- ・足や指先、爪の色が悪い
- ・爪切りでは爪が分厚くてきれない
- ・自分で爪切りができない
- ・目がよく見えない
- ・血糖値が250以上のことが多い
- ・冬場にカイロや湯たんぽを使う

***上記のような方は、糖尿病グループの看護師や主治医に是非、足をみせてご相談ください！**



平成二十二年十二月版（隔月発行）
春日井市民病院
糖尿病療養指導グループ発行

看護師

- 谷口
- 山下
- 榎岡
- 木村

次号（2月版）は、薬剤師からのお話です。