

1

特集

循環器ナース必読！

フットケアをはじめよう！

なぜフットケアが必要？



加納智美 (地方独立行政法人 桑名東医療センター)

point

- 足病変の多くは予防的フットケアの介入で予防できる！
- 下肢の切断予防のためには多職種による連携が必要！
- 「足だけ」ではなく、「足から」全身を診よう！

はじめに

近年、糖尿病患者さんや閉塞性動脈硬化症などの末梢動脈疾患患者さんに対するフットケアの必要性が高まっています。なかでも下肢閉塞性動脈硬化症は全身の動脈硬化が進行した状態であり、足だけでなく、心臓や脳の動脈硬化も合併してい

るケースが多くみられます。

医療者にとってのフットケアは足をケアするだけでなく、全身を診ることといえます。フットケアがなぜ必要なのか、本章で述べていきたいと思っています。

フットケアの意義

フットケアの始まり

私がフットケアを始めたのは、循環器外来で勤務していた頃でした。足に何らかの傷があり、検査してみると、下肢の血管だけでなく冠動脈にも狭窄があり、心臓と下肢の血行再建をしてもなかなか傷が治らない患者さん、また足病変が完治して退院しても、同じ部位に同じような足病変を繰り返して外来に受診してくる患者さんもみられました。患者さんも医療者も足を見ていないため傷の発生原因も不明であり、長期間の入院を余儀なくされるという現状でした。

「ちょっと足を見てみよう」と思い、患者さんに靴下を脱いでもらい、観察したところ、^{べんち}胼胝や角質肥厚、巻き爪、足白癬など、足病変の原因となり得る病変が存在していることに驚いたのを覚えています。「これらをケアすることで、足の病変が防げるのでは？」という考えは、すぐに確信に変わりました。早めにフットケアをすることで、患者さんの足はみるみるトラブルがなくなってきました。

しかしながら、予防できる足病変ばかりではありません。**図1**の患者さんの足病変発症のきっかけは「胼胝」でした。通院していた前医にて、足の観察はなされていたものの、ケアはされず足潰瘍となり、下肢の血流障害も治療されなかったことから、下腿切断に至ってしまいました。看護師が行う予防的なフットケアだけでは防げない症例です。

フットケアとは

フットケアという名称は、以前はサロニックな意味で多く使われていましたが、現在は糖尿病のフットケアを始め医療の世界でも多く使われています。靴下を脱いで、足をよく観察し、病変を見つけた場合は早期に治療し、下肢血流疾患なども軽症のうちから悪化しないよう治療していくことが、下肢切断を回避するための重要なケアとなっています。いわゆる糖尿病や下肢の血流障害のある足病変のハイリスク患者さんだけではなく、すべての人々が頻度や内容は違うにしろ受けるべきものといえます。それは、その後の人生において足病変を予防するだけでなく、転倒なども予防し、人生の最後まで、しっかりと自分の足で歩くためです。

フットケアは医療の分野だけでなく、介護の分野でも大きな力を発揮します。高齢者の足は加齢により脆弱化しており、さらには白癬や爪白癬など問題を抱えていることが多いため、医療だけでなく介護の分野でもフットケアは大切なのです。健康な足でしっかり歩くこと、下肢の筋力だけでなくバランスよく歩くことは、転倒予防にもつながります。



図1 下肢の血流が悪い患者さんの足病変