

フットケア外来における足部の実態調査 ～当院のフットケアの動向も踏まえ～

(地方独立行政法人京都市立病院機構京都市立病院 看護部外来)

山内 光子

要 旨

フットケア外来では、外来通院中の糖尿病患者を対象に、足病変の予防を目的とした指導・管理を行っている。昨年度、糖尿病診療の質を向上する目的で、糖尿病神経障害がある患者を中心に積極的にフットケア外来を紹介したところ、受診者数が増加した。そこで、フットケア外来を受診した患者の足部のトラブルの実態調査を行った。その結果、対象患者 114 名中、皮膚症状は乾燥が 79 名、胼胝が 32 名、浮腫が 17 名の順に多かった。爪症状は、肥厚爪が 54 名、巻き爪が 25 名、陥入爪 4 名であった。「立つ」「歩く」という基本的な動作の要である足は転倒予防との関連も深く、当院でも昨年度から転倒予防の取り組みの 1 つとして、糖尿病以外の患者についてもフットケアを行っている。患者の自立支援を促す看護ケアのひとつとして、足のケアが大切であるということを広く周知していきたい。

(京市病紀 2017 ; 37(1) : 47-49)

Key words : フットケア, 高齢者, 足のトラブル, 転倒予防

緒 言

2008 年に「糖尿病合併症管理料」が新設され、糖尿病重症化予防対策としてフットケアの重要性が広く認知されるようになった。また、わが国の高齢化の加速に伴い介護予防の取り組みとしてフットケアのニーズも高まっている。当院でも、糖尿病患者を対象に、足病変の予防を目的としたフットケア外来を開設している。また、昨年度新たな取り組みとして、入院中の患者の転倒リスクをアセスメントする項目に足趾や爪の観察を追加し、予防的なケアとして爪切りや足浴を積極的に行うようになった。今回、フットケア外来における足部の実態や症例を通して、当院に通院している患者の足部の実態を知り、一人でも多くの医療従事者が足を診る一助になればと思う。

目 的

フットケア外来介入中の患者の足部の実態を調査し、足部のトラブルの傾向について明らかにした。

方 法

調査対象者は、2016 年 4 月から同年 12 月にかけて受診した患者 114 名の足部の状態を、フットケア外来で使用しているテンプレートから症状別に抽出した。

結 果

調査対象者は 114 名。女性 40 名、男性 74 名、年齢 70 ± 13 歳、平均 HbA1c $7.8 \pm 1.6\%$ であった。皮膚症状は足部の乾燥 79 名、胼胝 32 名、浮腫 17 名、白癬 21 名の順に多かった(図 1)。爪症状に関しては、肥厚爪 54 名、巻き爪 25 名、爪白癬 10 名、陥入爪 4 名であった(図 2)。

考 察

フットケア外来を受診した患者のうち、皮膚症状について最も多かったのは乾燥で 79 名であった。足底には皮脂腺がないため、皮膚の保湿が保ちにくい上、糖尿病や透析患者は自律神経障害によって発汗が減少し、乾燥しやすい¹⁾ためと考えられた。

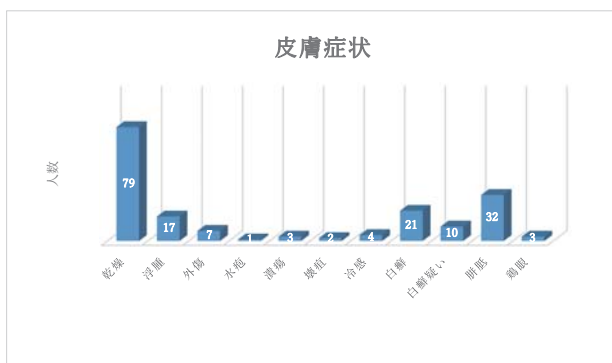


図 1 フットケア外来の皮膚症状保有者数

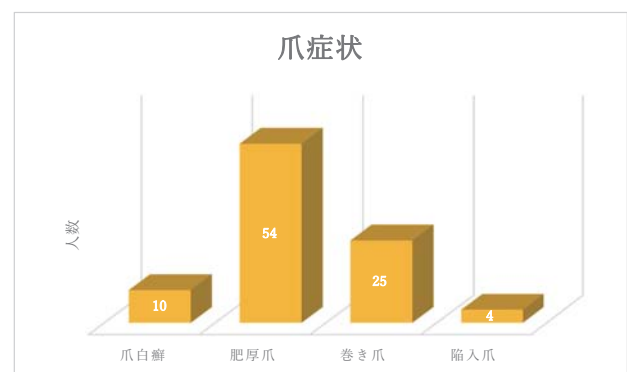


図 2 フットケア外来の爪症状保有者数

爪症状に関しては、肥厚爪 54 名、巻き爪が 25 名と多かったが、高齢者の 9 割近くに何らかの爪症状があるという報告があり²⁾、類似した結果となった。このような足のトラブルは、「足の生活習慣病」とも呼ばれ、履物による慢性的な刺激や爪白癬によるものが多い。爪が白濁し肥厚している場合は爪白癬の疑いがあるが、無症状のためそれだけでは皮膚科受診しない患者も多く、放置して管理できなくなるケースが多い。また、足白癬の場合も季節性があり、治癒しているかどうかの判断が難しいため件数には現れていない。

このような爪の変形がある人は、動作時の安定性や姿勢の保持が低下し、転倒のリスクが高くなるとも言われている。特に、爪白癬は放置すると肥厚・変形し、爪切りでは爪が切れない状態になることが多いため、そうなる前に患者の足を診る機会が多い看護師の適切な指導が必要だと考える。当院では、昨年度から病棟で足を綺麗に洗浄する、定期的に爪を切る、保湿、マッサージなど基本的なフットケアを行っており、患者の自立支援の一つとして定着させていきたい。

症例紹介

皮膚科の外来看護師より、糖尿病の既往はないが、患

者の足趾の状態を見かねて相談があった。変形した肥厚爪が指先を圧迫し、爪の先端の一部が皮膚に食い込んでいた(図3)。足趾がむくんで指の隙間がなく、指先も赤みを帯びていたが、肥厚爪を取り除くとそれらの症状は消失した(図4)。また、足趾の間に隙間ができたことで足に力を入れて歩行できるようになった。

まとめ

高齢者が、要介護状態にならないで生活できるよう、足の健康に着目し今後も様々な分野でフットケアの取り組みを行っていきたい。

引用文献

- 1) フットケアと足病変治療ガイドブック. 一般社会法人日本フットケア学会, 株式会社医学書院, 2017.
- 2) 小笠原裕子, 高山かおる, 佐手達男, 他: 高齢者のセルフケアにおけるフットケアの実態. 日本フットケア学会雑誌. 2013; 11(2): 77-82.



図3 爪白癬・爪甲後彎症の症例 (前)



図4 爪白癬・爪甲後彎症の症例 (後)

Abstract

Survey of Foot Condition in the Outpatient Foot Care Clinic
~ Current Situation of Foot Care at Kyoto City Hospital~

Mitsuko Yamauchi

Department of Nursing, Kyoto City Hospital

Our outpatient foot care clinic conducts guidance and management of foot care to prevent foot lesions in outpatients with diabetes. Last year, patients with diabetes especially those with nerve disorders were referred to the outpatient foot care clinic to improve the quality of the treatment of diabetes. Consequently, the number of patients visiting the outpatient foot care clinic increased, and a survey was conducted on the foot condition of these patients. Among the 114 patients studied, the number of patients with dry skin, callus and edema was 79, 32 and 17, respectively. The nail symptoms were thickened nail, deformed nail and ingrown nail in 54, 25 and 4 patients, respectively. The basic function of the foot is to “stand and walk”, which relates to prevention of falls. Thus starting last year, even the patients without diabetes have been receiving foot care for the purpose of preventing falls. It is necessary to spread the word that foot care is important as a part of nursing care to further support the patient's independency.

(J Kyoto City Hosp 2017; 37(1):47-49)

Key words: Foot care, elders, Foot trouble, Prevention of falls