

# 糖尿病患者の足の検査



**Wounds**CANADA<sup>ca</sup>  
**Plaies**CANADA

足の検査を実施する最大の目的は、糖尿病に関連した足の問題が生じるリスクを査定することです。

- 糖尿病の患者は神経の損傷(神経障害)が原因や血行不良、足の変形などが原因で足にトラブルを起こすことがあります。
- これらのトラブルは足のタコやマメ、傷、炎症などを引き起こすことがあり、最悪の場合足の切断に繋がることもあります。
- しかし、定期的な検診と適切な足のケア、足にぴったりとフィットした靴を履くなどの予防をきちんと行えば、ほとんどの場合切断にまで至ることはありません。
- 定期的な足の検査はあなたと医師にとって、リスクの可能性を早期に発見し、迅速な処置を行うことで合併症を予防するために必要不可欠です。
- 足の検診の頻度は、あなたの足に問題が生じるリスクの高さによって査定されます。医師ときちんと相談して、お互いに納得できる頻度で検査を行いましょう。

**医師があなたの足を検査する際に、次のような外観と触覚の検査を行い、問診を行います。**

## 外観検査

**爪:**厚くなっていないか、巻き爪や炎症はないか。

**皮膚:**タコ、マメ、ひび割れ、傷、炎症はないか。

**足の形:**変形やむくみはないか。

**赤み:**炎症や腫れ、血行の変化などによって足に赤みが生じることがあります。

**靴:**足をサポートする構造になっているか、足の形に合っているか。靴の中に異物や、中敷のずれなど足を傷つけるものがないか。

## 触覚

**足の温度:**炎症や血行不良、腫れなどがあると両足の温度に差が生じることがあります。

**脈:**足の健康が保たれる程度の血行が維持されているか。

**足の関節の可動範囲:**足、特に足指の第一関節の可動範囲を確認することで、足全体に圧力が均等にかかっているか調べることができます。

**触覚:**足に当てたモノフィラメントを感じられるかどうかで、足の感覚の異常(神経障害)を調べることができます。

## 問診

足の触覚異常を確認するために、医師はこのような4つの質問をします。

1. 足が痺れることはありますか？
2. くすぐったいような感覚はありますか？
3. ひりひりするような感覚を覚えたことはありますか？
4. 虫が足を這い回るような感触がしますか？

## また、次のような質問をされることもあるでしょう。

- 糖尿病を患ってどの位になりますか？
- 血糖値の制限を行っていますか？(血糖値は食前が4.0から7.0 mmol/L、食後2時間後で5.0から10.0 mmol/Lが望ましいとされています。) あなたにとってベストの血糖値レベルについては必ず医師あるいは内分泌科の専門家に相談しましょう。
- あなたは足に潰瘍ができたり、足を切断したことがありますか？

## 重要事項

- 毎日足をチェックしましょう。
- 定期健診を受けましょう。
- ひび割れやマメ、傷などを発見したら直ちに医師の診察を受けましょう。

詳細については糖尿病と健康な足、そして私 (*Diabetes, Healthy Feet and You*)  
ウェブサイトをご参照ください:

[www.woundscanada.ca](http://www.woundscanada.ca)



**Wounds**CANADA<sup>ca</sup>  
**Plaies**CANADA

**Wounds Canada**

PO Box 35569 York Mills Plaza

North York, ON M2L2Y4

Tel: 416-485-2292

Email: [info@woundscanada.ca](mailto:info@woundscanada.ca)