

# リウマチチーム通信

No. 005  
2022. 6. 25  
看護部  
兼田

## 足に小さな傷できていませんか？

## 足の変形そのままにしていませんか？

リウマチチーム通信第5回は、看護部の兼田がお届けします。

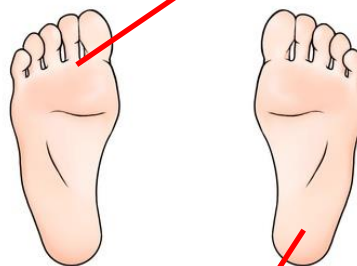
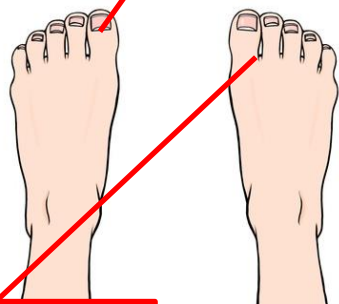
今回はフットケアの必要性についてお話していきます。関節リウマチの患者さんは、治療薬によって免疫が低下しています。また、足の変形が進むことで足の一部に圧力がかかり、胼胝（タコ）、魚の目、巻き爪などから、傷ができやすく感染症を起こしやすくなります。当院でも、ステロイド、免疫抑制剤、生物学的製剤の薬剤などで治療している方で年に2～3人、蜂窩織炎という足の小さな傷から細菌が侵入し、皮膚が赤く腫れて熱感や痛みを伴う感染症で入院される方がおられます。その方々にお話を伺うと、「良くなると思って様子をみてしまった。」とお話される方が多いです。感染の状態が軽いうちに、治療を開始し、感染の広がりを抑えることが大切です。それ以前に、小さな傷から細菌が侵入しないよう、ご自身でのフットケアが必要です。足の異常は、診察時に靴や靴下を脱ぐ必要がある為、外来では医療者が発見しにくい部位です。日頃から、患者さんご自身で足の異常を細かくチェックし、小さな異変でもそのまま放置せず、主治医へご相談して頂きたいと思います。

## 足観察のポイント



巻き爪が皮膚に食い込んでいないか

胼胝（タコ）や魚の目はないか



水虫はないか

靴ずれやひび割れはないか

## 患者さんご自身でできるフットケア



- 入浴時に、ご自身の足の観察をし、指の間などもしっかり洗浄しましょう。小さな傷や違和感でも、症状悪化につながるケースがあるため、見逃さず主治医へご相談ください。
- 胼胝（タコ）や魚の目がある方は、除圧が大切です。当院では、週に4日義肢装具士が、来院しており、靴やインソールの相談ができます。ご希望の方は、整形外科外来看護師へお声がけください。