

## やまざくら

日増しに秋も深まり朝・夕は肌寒く感じますね。久しぶりのやまざくら お待たせしました!! 今回のテーマも興味深いですよ  
透析患者さんは足の血流が悪くなりやすいとされているのはご存知でしょうか? この状態では小さな傷も治らず、場合によっては足の切断にまでつながってしまいます。そこで透析センターでは、定期的に皆様の足を診させていただく「フットケア」を開始させて頂く事になりました。 そこで、今回のやまざくらはこの「フットケア」についてです。

## Q なぜ透析患者さんは足の血流が悪くなりやすいの?

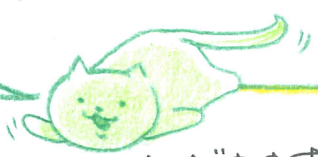
糖尿病や長期透析患者さんでは、全身の動脈硬化が起こっている事が多いです。そのため血管の内側が狭くなりそこに血栓がづられて血管が詰まります。血流がいかない足には潰瘍ができたり壊死が起こります。さらに糖尿病患者さんでは以下のことにより重症化しやすいとされています。

- 網膜症によって足が見えにくい状態で爪を切って、傷ができる
- 神経障害によって足の痛みを感じない

## Q 血流が悪い血管があったら、どうするの?

- ① 運動 : まずはこれが一番!! 毎日の散歩でもOKです。他の血管の発達を促し、血流を保ちます。
- ② 薬物療法 : 既に飲んでいる方も多いのではないのでしょうか。血栓をできにくくしたり、血管を拡張したりする働きがあります。
- ③ 血管内治療 : シェントや心臓の血管で経験したことがあるかもしれません。血管を風船でふくらませたり、金属の筒を入れたりして血流の改善を試みます。
- ④ 外科治療 : 他の血管(人工血管や自身の静脈)に置き換えます。

こんなことをさせていただく予定です!!



- ① 問診 : 日頃の症状について詳しくお話しを聞かせていただきます。
- ② 触診 : 皮膚や爪の状態, 足の動脈が触知できるか等を見ます。
- ③ 検査 : 足の血流量の検査や血管が細くなっているか等の画像検査などを行います。
- ④ 処置 : 爪切りや足浴, 薬の塗布などを必要に応じて行います。
- ⑤ 指導 : 自宅での爪切りやケアの仕方について説明します。
- ⑥ 他科受診 : 皮膚症状がある場合, 透析中に皮膚科の先生による回診を行います。



こんな症状がある場合は教えて下さい!!

傷ができた  
巻き爪が痛い  
爪がうまく切れない




常に痛みがある  
足の色が悪い





爪の肥厚がある  
常に冷たい




ここで **スタッフQ&Aクイズ** 答えは直接スタッフに聞いて下さいね♥






① 新人脱サラME 船江さんは、時々オネエキャラを出している。○か×か 

② 看護師 河村さんは実は昔外国に5年程住んでいた事がある。○か×か 

③ 看護師 萩原さんはポテトサラダが1番の大好物である。○か×か 

④ 志賀課長はからすみが一番キライである。○か×か 

Pick UP Food カリウム飲み物ランキング

ノンアルコール編		アルコール編	
第1位	玉露 	第1位	赤ワイン 
第2位	ミルクココア 	第2位	白ワイン 
第3位	ヨーヨー 	第3位	ビール 