

皆様は「フットケア外来」をご存じでしょうか？ はい、フット（足）をケア（治療）する外来です（そのまんまやんか…笑）。誰にでもできる外来ではありません。看護師さんの資格を有し、フットケア糖尿病足病変患者の看護に従事した経験を5年以上有し、日本糖尿病教育・看護学会が主催する3日間の糖尿病重症化予防（フットケア）研修を履修した“選ばれし看護師さん”にしかできない外来です。

フットケアの対象となるのは、糖尿病があり、糖尿病足病変ハイリスク（足潰瘍、足趾・下肢切断既往、閉塞性動脈硬化症や糖尿病神経障害がある糖尿病）の患者さんです。糖尿病足病変って重症化すると怖いんですよ。足の病変から細菌が入り込んで全身に波及し敗血症になることもありますし、創部の感染がコントロールできなければ足切断を余儀なくされます。

糖尿病性神経障害による胼胝と潰瘍



閉塞性動脈硬化症による足趾壊死



糖尿病足病変の治療は、形成外科（創部治療）・循環器内科（下肢血流改善）と我らが糖尿病・内分泌内科（血糖値管理）の3科が協力して行います。糖尿病足病変は、最低1ヶ月の入院治療 → 数か月のリハビリ転院がスタンダードで、社会的復帰はかなり難しいのが現状です。

糖尿病足病変の患者さんは、長年血糖コントロールが非常に悪く、フットケアの必要性を知らず、認知機能が低下した高齢糖尿病患者さん、あるいは長期間糖尿病の治療を受けてこなかった（あるいは治療を中断した）中壮年糖尿病患者さんが多く、すでに糖尿病の3大合併症（網膜症・腎症・神経障害）が進行している方が典型的です。このような糖尿病患者さんに、医師が必要と判断した場合、フットケア専門看護師によるフットケアが開始されます。2025年5月の時点で、市立ひらかた病院には、3名のフットケア専門看護師さんがいます。では、フットケア外来についてお写真付きでご紹介いたします。



当院1階コンビニの右奥にフットケア外来のお部屋があります。かわいらしい手作りの看板がお出迎えします。

フットケア外来は完全予約制で、毎月第1,2金曜日午前に5枠限定で実施しています。足浴から始まって1回の施術に30~40分かけて足を見ていきます。

フットケアの流れ



足浴で足を清潔にし角質を柔らかくします



足浴をしながら足の様子を聞き取ります



フットケア専門の医療器具、滅菌消毒済



胼胝(たこ)や鶏眼(うおのめ)の処置



足指1本1本丁寧にケアします



ニッパーで爪を切り、保湿して仕上げます

凄いですね!! 患者さんは月1回（あるいは2か月に1回）看護師さんに丁寧にケアして貰って足病変を管理し、足切断にならないよう自己管理の方法も学びます。このフットケア専門看護師が主導する“フットケア外来”は、多職種が参加する「糖尿病チーム医療」の中では一番、メディカルスタッフの裁量が大きい療養指導です。ただし、看護師さんが必要と判断したら適宜、各診療科（皮膚科、形成外科、循環器内科そして糖尿病・内分泌内科など）を受診できるようサポート体制も整えています。患者さんの中には、もう10年以上フットケア外来に通って下さっている方もいらっしゃいます。フットケア外来を希望される糖尿病患者さんは非常に高く、予約2か月待ちのこともしばしばです。3名のフットケア専門看護師さんの熱心さには本当に頭が下がる思いです。そしてみんなワイワイ仲良し! 主任部長、これからも彼女たちを全力で支えていきたいと思います。いつもありがとうございます!