

★フットケアの大切さ★

神経障害

小さな傷、タコ、
水虫の悪化があっても
気がつかない！

血液障害

傷が治りにくく
なる！



抵抗力の低下

細菌に感染しやすく
傷が化膿しやすい！

潰瘍や壊疽が起きると
足の切断という
最悪の結果を招くことも...

糖尿病の方は足病変の
リスクが高くなります。
その予防として、日頃の
フットケアが『大切』
になります！

自分でできるフットケア

- ☑足に変化がないか毎日観察をしましょう
- ☑毎日足を洗い、よく乾燥させて清潔を保ちましょう
- ☑素足を避けて靴下を履き、傷から足を守りましょう
- ☑靴は自分に合ったものを履きましょう
- ☑爪は切りすぎないようにしましょう
- ☑やけどしないように注意しましょう

足の異常を見つけたら、かかりつけ医へ相談しましょう！！



一般社団法人 菊池郡市医師会

菊池郡市医師会立病院 糖尿病センター