

健康通信

糖尿病足病変について



皮膚科部長医師
菅原 京子

あけましておめでとございます。年末年始でおいしいものをたくさん食べる機会も多かったと思います。そこで、食べ過ぎてしまったという方ができるとする、糖尿病足病変についてお話したいと思います。

近年ライフスタイルの変化や高齢化に伴い糖尿病の患者さんが増えています。

糖尿病の患者さんの足に起こるトラブル(水虫やうおのめ、たこ、傷、潰瘍、壊疽など)をすべてまとめて、糖尿病足病変とよびます。糖尿病足病変で特に怖いのは足壊疽(皮膚だけでなく、皮下組織や骨まで腐ってしまうこと)です。

糖尿病の合併症は、糖尿病性腎症、糖尿病性網膜症、糖尿病性神経障害が

3大合併症として知られています。

これらは高血糖により動脈硬化が進むことよって起こります。心臓の血管が動脈硬化を起こすと心筋梗塞に、脳の血管が動脈硬化を起こすと脳梗塞になるように、足の血管が動脈硬化を起こすと閉塞性動脈硬化症という血管が固く細くなり、血流が悪い状態になります。

その状態では、足に傷ができて傷まで血液が行きわたらないため、なかなか傷が治りません。そして傷に細菌が感染すると、急速に悪化し足壊疽を引き起こし、その結果下肢切断という悪い結果になることもあります。最悪の場合では全身に菌が回る敗血症となり、死亡することもあります。

足壊疽となってしまうきっかけはさまざまなことが多いのです。

糖尿病があると神経障害も合併し、足感覚が鈍くなっていることが多く、通常なら痛いはずのうおのめやたこに気づかず、その部位に傷ができて細菌感染を起こして足壊疽になることもあります。また冬場に湯たんぽを使って低温やけどとなってしまうことで足壊疽になってしまつこともあります。水虫や巻き爪、深爪など、ちょっとしたきっかけで足壊疽を発症してしまつこともあります。

足壊疽にならないためにはどうしたらよいでしょうか？

まずは血糖コントロールが第一です。血糖コントロールが悪いと、動脈硬化だけでなく、感染にも弱くなります。また喫煙は動脈硬化を更に進行させるので、喫煙している人は禁煙しましょう。毎日足を洗い、清潔に保ちましょう。そして、うおのめやたこ、靴擦れができないように、足に合った靴を履きましょう。水虫や湿疹はきちんと治療しましょう。深爪しないように気を付けて爪切りをしましょう。また、やけどに気を付け、足を傷つけないよ

information

お知らせ

糖尿病教室開催のお知らせ

◆糖尿病とともに

内容 ①糖尿病とは(糖尿病内分沁内科医師)

②糖尿病の検査(臨床検査技師)

③糖尿病の食事療法(管理栄養士)

とき 2月14日(水) 午後2時~4時
ところ 市民病院8階講堂

予約 不要

参科費 無料

連絡先 市民病院内科(☎76・4131)



怖いお話をしましたが、足病変が起こらないよう正しい知識をもって日頃から足をケアしていれば、必要以上に恐れることはありません。糖尿病足病変は予防が大切です。足の症状で気になることがあれば、早めに主治医や皮膚科医に相談してください。
今年も健やかにすごせますように!!
(参考:糖尿病ネットワーク)

