

ナースの星 WEBセミナー

# 訪問看護における フットケアの実践

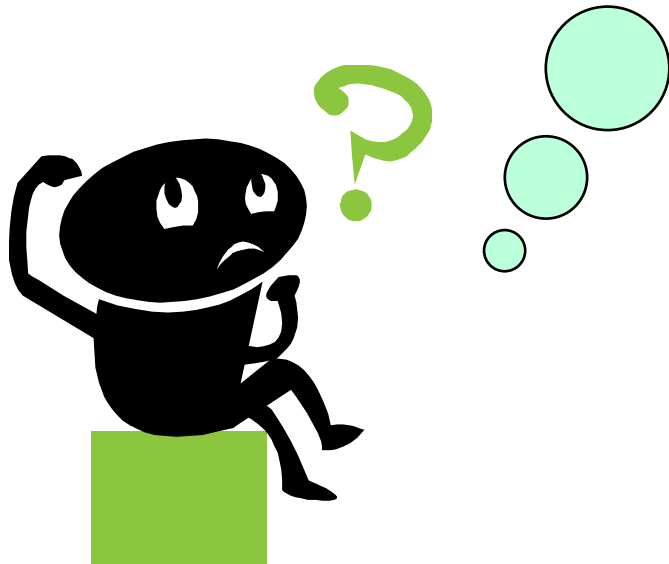
足のナースクリニック 代表

(社)日本トータルフットマネジメント協会 会長

皮膚・排泄ケア認定看護師

西田 壽代

そもそも医療で行う  
フットケアって  
何ですか？



# 足にとってのハイリスク疾患

神経障害

脈管障害

運動神経

知覚神経

自律神経

虚血、うっ滞

外傷

壊死

足潰瘍

免疫能低下

感染

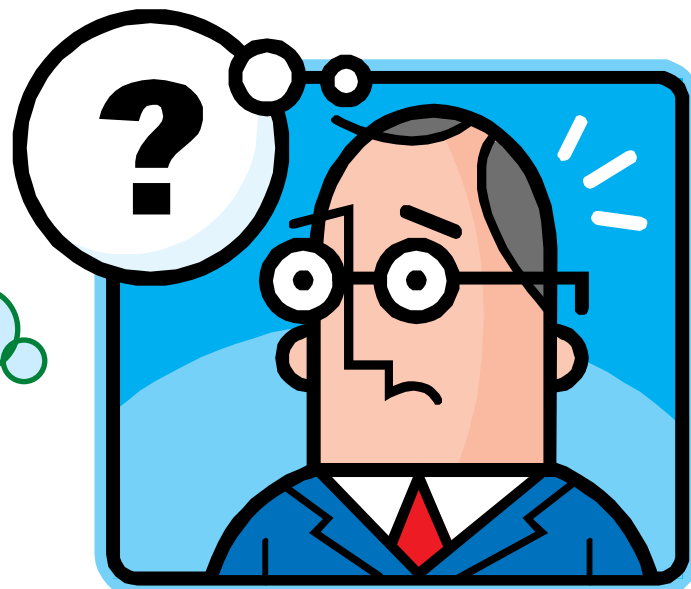
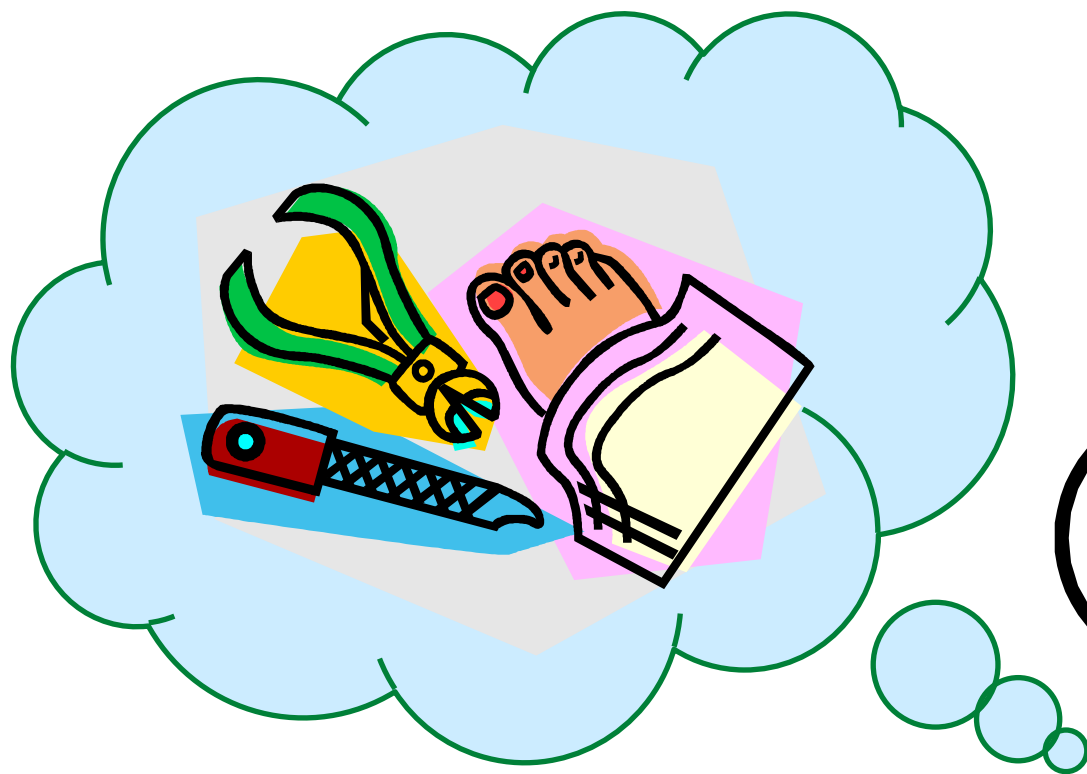
切断

足切断  
にいたる  
経路

私たちナースにできること  
探してみよう！



ナースはどこまで足ケアをしてもいいのか



# 「私は看護師」原動力

## つめ切除無罪 供述誘導の疑い

### 折れた心に信念再び



福岡県看護士会会長の上田雅子氏（左）は10日午後、福岡市中央区、山本ビルで記者会見を開き、つめ切除無罪を宣言した。

福岡県看護士会がつめをのぎさせた行為が「ケア」なら犯罪に当たらないと主張した。福岡県警（福岡市中央区）は10日、北九州市の北九州地検特別捜査部でつめをのぎさせた看護士4人に無罪を宣告した。つめをのぎさせた看護士は「ケア」なら犯罪に当たらないと主張した。福岡県警（福岡市中央区）は10日、北九州市の北九州地検特別捜査部でつめをのぎさせた看護士4人に無罪を宣告した。

福岡県看護士会会長の上田雅子氏（左）は10日午後、福岡市中央区、山本ビルで記者会見を開き、つめ切除無罪を宣言した。

### 刑事裁判のモデル示す

福岡県看護士会がつめをのぎさせた行為が「ケア」なら犯罪に当たらないと主張した。福岡県警（福岡市中央区）は10日、北九州市の北九州地検特別捜査部でつめをのぎさせた看護士4人に無罪を宣告した。

福岡県看護士会がつめをのぎさせた行為が「ケア」なら犯罪に当たらないと主張した。福岡県警（福岡市中央区）は10日、北九州市の北九州地検特別捜査部でつめをのぎさせた看護士4人に無罪を宣告した。

### 「患者と信頼を」医療関係者ら

福岡県看護士会がつめをのぎさせた行為が「ケア」なら犯罪に当たらないと主張した。福岡県警（福岡市中央区）は10日、北九州市の北九州地検特別捜査部でつめをのぎさせた看護士4人に無罪を宣告した。

福岡県看護士会がつめをのぎさせた行為が「ケア」なら犯罪に当たらないと主張した。福岡県警（福岡市中央区）は10日、北九州市の北九州地検特別捜査部でつめをのぎさせた看護士4人に無罪を宣告した。

## 北九州 爪ケア事件

2007年7月

○ 傷害罪で逮捕

2010年9月

○ 無罪確定

フットケアにおける リスクマネジメントを考える

## 臨牀看護

Vol.39 No.1 2013 1

## リスクマネジメントとフットケア



発行所 日本看護学会 編集長 山本 浩一 編集委員 山本 浩一 編集委員 山本 浩一

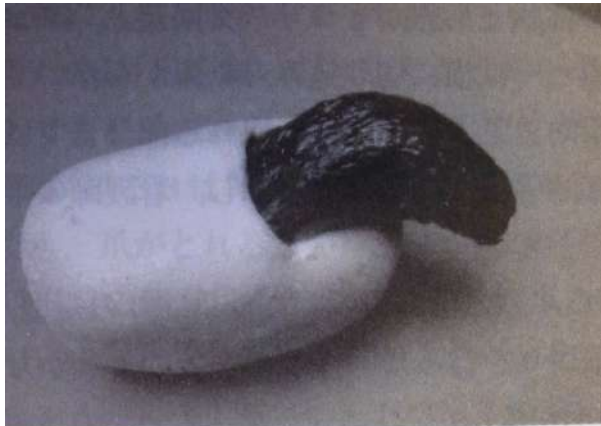


図1 爪切り模型



図2 ニッパーで横に切り込む



図3 ニッパーで縦に切り込む



図4 断面からみたところ



図5 ニッパーで爪を整える



図6 ぽろりととれた爪





# 爪白癬



# 北九州爪ケア事件での医師の見解

## ○ 皮膚科医(西岡清医師)

「肥厚した爪甲の下が不完全に角化しており、爪甲と爪床が接着していないか、あるいは爪楊枝でこそぐ程度でぼろぼろと崩れてしまう程度しかついていないので、看護師が本件のような状態にまでケアすることは構わない」

## ○ 在宅高齢者医療に携わる内科医(長崎修二医師)

「白癬菌性肥厚爪と硬鉤彎爪の性質と形態が持つリスク回避上、ニッパーにより、縦にもしくは横に切り込み、爪床から浮いている部分は剥離離脱防止上、容易に切り取れる部分までは切り取ることが標準的手法で(中略)、看護師の手技もその範疇に入る」

(東敦子:「北九州爪ケア事件」を担当した弁護士が学んだフットケア、臨牀看護39(1)、p10より引用)

# リスク分類

(糖尿病足病変に関する国際ワーキンググループによるリスク分類)

グループ	分類	3年後の発症率		適切な診察間隔 (足の診察、指導)
		潰瘍	切断	
0	神経障害 なし	5.1%	0%	1年に1回
1	神経障害 あり 足趾の変形 なし 血流障害 なし	14.3%	0%	半年に1回
2 a	神経障害 あり 足趾の変形 あり 血流障害 なし	18.8%	2.0%	3か月ごと
2 b	神経障害 あり 足趾の変形 あり 血流障害 あり			
3 a	足潰瘍の既往あり	55.8%	20.9%	1～3か月ごと
3 b	足切断の既往あり	84.2%	36.8%	

# 予防的フットケアの3つの柱

- 傷を作らない！作らせない！
  - ・・・知識/技術の提供と意識付け
- 早期発見・・・ケア
- 適切な対処・・・適切な処置や診療科へのコンサルト

患者を支え続けること



# 高齢者のリスク(社会面)



- 足や爪、靴のことを相談できるところが少ない
- 足に合う靴の選定が難しい
- 疾患が潜在的にあるも受診していないために診断名がついていない
- 老老介護や独居老人の増加: 足のケアにまで手が回らない、やり方や必要性をしらない、伝えたくてもうまく伝えられない
- 社会性の低下...活動量の低下、情報不足
- 医療や介護従事者でも、知識や技術のむらがあったり、その必要性を理解していないため、適切な関わりができていない

# 医療フットケアの5段階

	フットケアの方針	目的	介入する職種、実施者
軽症 ↑	第1段階 足病変のリスクのない足に行う健康維持、気分転換のために行うフットケア、患者のセルフケア	足の観察、保温、保湿、免荷	患者、家族など 担当医、看護師、介護職
	第2段階 足病変のリスクのある足に対して医療者が行う予防的フットケア	胼胝(タコ)、鶏眼(ウオノメ)、靴ずれ、角質肥厚、白癬の処置	第1段階で介入する職種・実施者＋皮膚科医、靴の専門家
	第3段階 軽症の足病変の場合に行う医療的フットケア	保存的治療(薬物療法、温熱療法、炭酸浴など)	第2段階で介入する職種・実施者＋理学療法士、薬剤師
	第4段階 中等度から重度の足病変に対する積極的治療(foot cure)	観血的治療(バイパス手術、足趾アンブタ)	第3段階で介入する職種・実施者＋血管外科医、外科医、感染症その他専門医、ソーシャルワーカー
↓ 重症	第5段階 積極的治療の適応外である対症療法的フットケア	対症療法とケア(痛みのコントロール、悪化防止)	第4段階で介入する職種・実施者＋麻酔科、メンタルケア専門家

# 高齢者に行う予防的フットケア

高齢者の足の機能を  
最大限に活用できるよう  
ケアし続けること

見た目の  
きれいさ



見えない  
リスク

## 足のケアをするうえで 気を付けなければいけないのは...

- A. **免疫**の力が弱る: 自律神経障害、抗がん剤の使用
- B. 足への**血流**が悪くなる: 血管障害、廃用症候群
- C. 足の**感覚**が鈍くなる: 知覚神経障害
- D. **皮膚**が薄くて**傷**つきやすく治りにくい: 血管障害・自律神経障害
- E. 血が止まりにくい(**出血傾向**)
- F. 手の力や見る力が低下する:(**セルフケア意欲への影響が大きい**)  
網膜症、白内障、筋力・巧緻性低下
- G. A~Fに当てはまる**薬**を飲んでいる: 抗凝固薬、ステロイド
- H. 自分で**判断する力**が弱くなっている: 認知機能低下、加齢
- I. **関節の動き**や**筋力の低下**が見られる: 運動神経障害、廃用症候群
- その他: 骨代謝異常、排泄障害、発汗異常、立ちくらみ...



# 介護職がおこなう爪きりは医行為か？

以下の16項目は「**医行為に該当しない**」とした(2005年7月厚生労働省通知)

- **爪切り**
- 検温
- 血圧測定
- 内服薬の介助
- 湿布の貼り付け
- 軟膏塗布
- 点眼
- 坐薬挿入
- 浣腸
- パルスオキシメーターの装着
- 耳垢の除去
- 口腔内の清潔
- ネブライザーの介助
- 軽い傷などの処置
- 自己導尿のカテーテルの準備や体位保持
- ストーマ装具のパウチに溜まった排泄物を捨てる

## 厚生労働省からの通達(2005年7月)

「爪そのものに異常がなく、爪の周囲の皮膚にも化膿や炎症がなく、かつ、糖尿病等の疾患に伴う専門的な管理が必要でない場合に、その爪を爪切りで切ること及び爪ヤスリでやすりがけすること」を医行為としない

# フットケアは・・・

一番大切なのは  
足をよく見ること！  
(フットチェック)



- 足のスキンケア
- 爪きりと爪の周りの皮膚のケア
- 胼胝(タコ)、鶏眼(ウオノメ)、踵などの角質ケア
- 靴や靴の中敷などのフィッティングや足のトラブルとの関連性の確認、アドバイスと微調整
- 足のストレッチや運動
- セルフケア支援



# 生活支援のポイント



## 保清

- 足の洗淨を毎日行う

## 保湿

- 少なくとも1日1回は保湿剤を必ず塗布

## 保護

- 適切な靴やインソールの着用
- 靴下を必ず履く（靴を履くとき、家など）
- スピール膏は要注意（創傷形成のリスク）

# 保清 足をきれいに洗う！

- お湯の温度：37～39度
  - 弱酸性の石けん
  - 洗い方
    - ・ナイロンタオルや軽石は禁止
    - ・ごしごしこすらず、泡で洗う
    - ・爪の隙間や指の間も意識して洗う  
(やわらかい歯ブラシなどを活用)
    - ・シャワーの水圧を利用して洗う
- ※やけどに注意！！！！



# 泡浴と温タオルによるふきとり ペットボトルに微温湯で洗い流す

1mlのボディソープに  
5mlの水  
(又はお湯)を  
ビニール袋に入れて  
水がなくなるまで  
シャカシャカ泡立て  
足を入れてもみ洗い



# 保湿 皮膚のバリア機能を強化する！

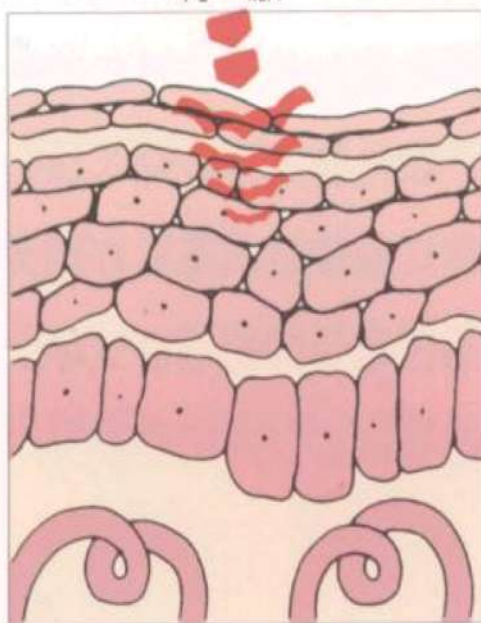
## 正常な皮膚

刺激

なめらか  
水分多い

細胞分裂が正常  
層が厚い

血液の循環が良い



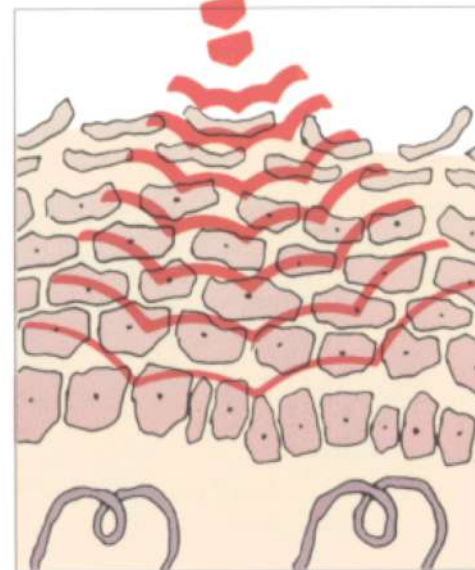
## 乾燥した皮膚

刺激

カサカサ  
水分少ない

細胞分裂が異常  
層が薄い

血液の循環が悪い



角質層  
顆粒層

ゆうきょくそう  
有棘層

きていそう  
基底層

毛細血管

## かかとのひび割れ

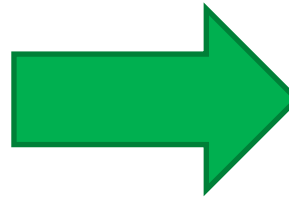


## 血流が悪いと・・・





# 足の乾燥による角質肥厚のケア



硬くなった部分を削るよりも、保湿のほうが大切

# 各種保湿剤、角質融解剤

名称(一般名、商品名)	分類
ワセリン	ワセリン
ケラチナミン、ウレパール、 パスタロン	尿素
ヒルドイド	<u>ヘパリン類似物質</u>
ザーネ軟膏	ビタミンA
ユベラ軟膏	ビタミンE
サリチル酸ワセリン	サリチル酸
イオウ軟膏	イオウ

# 保護 足を守るために行うべきケア

- 足のスキンケア
- 爪きりと爪の周りの皮膚のケア
- 胼胝、鶏眼、踵などの角質ケア
- 靴や靴の中敷などのフィッティングや足のトラブルとの関連性の確認、アドバイスと微調整

べんち                      けいがん  
胼胝(タコ)と鶏眼(ウオノメ)

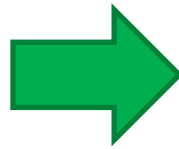


- 胼胝: 長期にわたる外的刺激により、外方性におこる限局した角質増殖



- 鶏眼: 長期にわたる外的刺激により、内方性におこる限局した角質増殖





肥厚した角質に出血した痕跡がある場合は . . .



胼胝下潰瘍



疣贅  
= ウィルス感染

爪をしっかり観察しよう！



# 爪用ゾンデ

## ○スケーラー



## ○ダブルヤスリ





爪溝の掃除、爪縁がきれいにまっすぐになっているか（爪棘の有無）、鶏眼や創傷などがいないかの確認





深爪

A close-up photograph of a thumb nail. A red circle highlights a deep, longitudinal groove running down the center of the nail plate. A yellow speech bubble with a green border contains the Japanese text '深爪' (Fukaku Tsume).



巻き爪

A close-up photograph of a thumb nail. A red circle highlights the distal edge of the nail, which is curled inward toward the nail bed. A yellow speech bubble with a green border contains the Japanese text '巻き爪' (Maki Tsume).

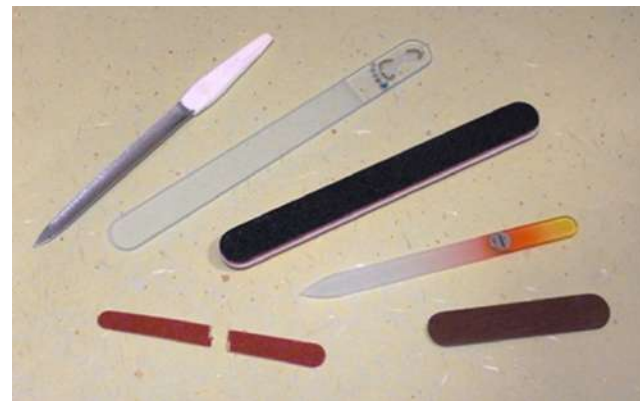


隠れたところに・・・



## 足の爪の切り方

- ❖ あしゆびの形に添ってくるのが原則
- ❖ 巻き爪の場合は、爪の端を切り込まずに、スクエアにカットし、少し角を落とす程度にする



# 足病変を起こさないための足爪ケアのポイント

- ・爪を切る行為自体で傷を作らない
  - ・・・**深爪, 角の切りすぎ**
- ・爪が足趾など皮膚を圧迫・擦過することで傷を作らない
  - ・・・**肥厚爪、変形した爪、角の切り残し**
- ・爪自体が剥離することで傷を作らない
  - ・・・**浮いたりもろくなった爪**
- ・爪の周りの皮膚のケア
  - ・・・**感染予防**

# 心を込めた根拠のあるケアを続けると・・・



## 訪問看護でフットケアをするコツ

- 隙間時間を使って、できることから少しずつ行う
- 利用者様と、足を見せても大丈夫という関係性を築く。安心感を与える接し方を心がける。
- 医師にフットケアが主目的で訪問看護をする必要がある、ということをお伝え、指示書をいただく
- ケアマネージャーに、フットケアの大切さを伝え、ケアプランに組み込んでもらえるような工夫をする(利用者様の声、実際に見学に来ていただく、勉強会の実施等)

大切なのは・・・

この患者さんにとって  
何が必要なのかを  
**見極める目と**  
実行する**行動力**を  
持つこと





自分軸を持ちながら同じ目標を持った仲間たちとつながること

- フットケアをチーム医療としてとりいれ、予防的に関わること
- 同職種・多職種・多業種連携





## (社)日本トータルフットマネジメント協会 (JTFA)

- **医療・介護・福祉・健康・美容**分野におけるフットケアの正しい知識と技術を伝え広め、**垣根を越えた連携**や研究開発により、より豊かなフットケア環境を創造し、足から社会文化の発展に寄与することを目的に2013年6月26日に発足しました。

日本トータルフットマネジメント協会Facebookページ

<https://www.facebook.com/japan.foot>

日本トータルフットマネジメント協会ホームページ

<https://www.japanfoot.or.jp>

小倉開催のイベントご案内

対象 足・靴・フットケアに興味がある方なら  
どなたでもお気軽にご参加いただけます。



# 足フェス

小倉で盛り上げよう!  
フットケア

in 小倉  
入場無料



## 足から元気になろう!

～大切な足を一緒に守る仲間がいます～

**日時** 2018年6月16日(土) 10:00～15:00

**場所** JR小倉駅 JAM広場 (福岡県北九州市) JR小倉駅改札口前

足のケア体験コーナーを開催いたします

当日のお申し込み順に500円で体験いただけます

足のケア・ネイル教室 ほか

当日のお申し込み順に無料で体験いただけます

足・健康・栄養相談コーナー

足の測定会

歩き方講座

子供の足型あそび

靴の履き方講座

(内容に一部変更がある可能性があります)



講演

足に優しい靴、フットケアグッズの  
販売もいたします

カフェコーナーもあるよ

小倉第一病院 院長  
中村 秀敏先生による  
お話もあります♪



主催：一般社団法人日本トータルフットマネジメント協会

主催：一般社団法人日本トータルフットマネジメント協会



## 医療・介護・サロンフットケア 第10回多業種フットケア研究会



会期：2018年6月17日(日) 10:00～16:30

会場：北九州市立男女共同参画センター ムーブ

(JR西小倉駅より徒歩約15分)

### 「元気な足元はからだ作りから」

～ジャージ祭り～

第1部：「施術者が楽になるエクササイズ レッツ★ストレッチ」

ランチョンセミナー 「スポンサードタイム」

第2部：「古武術」

第3部：「実際に体を動かしてみよう!」

詳細は近日公開予定!

プログラム他は変更になることもありますのでご了承ください

2018年6月16日(土)

足フェスin小倉

2018年6月17日(日)

第10回多業種フットケア研究会

「健康な足元は体作りから！

～ジャージ祭り～(仮)」





# (社)日本トータルフットマネジメント協会指定校 足の専門校SCHOOL OF PEDI 医療フットケア学科

- 19期：2018年4月～横浜
- 20期：2018年9月～横浜
- ◆ 詳細はホームページをご覧ください！

[http://school.pedicare.jp/detail/senka\\_iryuu.php](http://school.pedicare.jp/detail/senka_iryuu.php)



# 日本フットケア学会 フットケア指導士認定セミナー 参考テキスト



日本フットケア学会編  
西田 壽代監修

「はじめてよう！フットケア  
第3版」

日本看護協会出版会

目指すは七福神！

ご清聴  
ありがとう  
ございました

