

ナースの星WEBセミナー

フットケアにおける角質ケア

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

皮膚・排泄ケア認定看護師

西田 壽代

足にとってのハイリスク疾患

神経障害

脈管障害

知覚神経

自律神経

運動神経

虚血、うっ滞

外傷

足潰瘍

組織壊死

免疫能低下

栄養状態低下

感染

切断

足切断
にいたる
経路

糖尿病合併症管理料 170点(月1回)

(外来)

[算定要件]

- 足潰瘍、足趾・下肢切断既往、閉塞性動脈硬化症、糖尿病神経障害等の糖尿病足病変ハイリスク要因を有し、医師が糖尿病足病変に関する指導の必要性があると認めた者に対し、専任の常勤医師又は専任の常勤看護師※が、糖尿病足病変に関する療養上の指導を30分以上行った場合に算定できることとする

※施設基準;常勤配置の緩和(平成30年度~)

⇒ 医師は、週24時間以上の勤務をしている専任の非常勤医師2名以上の組み合わせにより基準を満たすとみなす。

⇒ 看護師は「常勤」が外れた。非常勤でも可(週3日以上、週24時間以上の勤務)

外力から足を守るには・・・



- 非潰瘍性病変を含む角質のケア
- 爪のケア
- 靴・インソールなどのフットウェア
- その他、圧迫や摩擦となる原因の排除



角質除去



べんち
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

日本皮膚科学会ガイドライン
糖尿病性潰瘍・壊疽ガイドライン



角質が厚くなる原因

- 摩擦などの外力

- ・・・歩行のくせ、靴のサイズがあってない、ひもを結ばずに履く等

- 乾燥

- ・・・保湿不足、自律神経障害、血流障害、足白癬、裸足の生活

- 間違ったケア

- ・・・角質を削る頻度が多すぎる(毎日など)

胼胝ケア

レデューサーで研磨する

グラインダーを使う

コーンカッターを使う

皮膚キュレットを使う

メスで削る



鶏眼ケア

(レデューサーで研磨する)

グラインダーを使う

(コーンカッターを使う)

皮膚キュレットを使う

メスで削る



角質肥厚部のケア

レデューサーで研磨する

グラインダーを使う

(コーンカッターを使う)

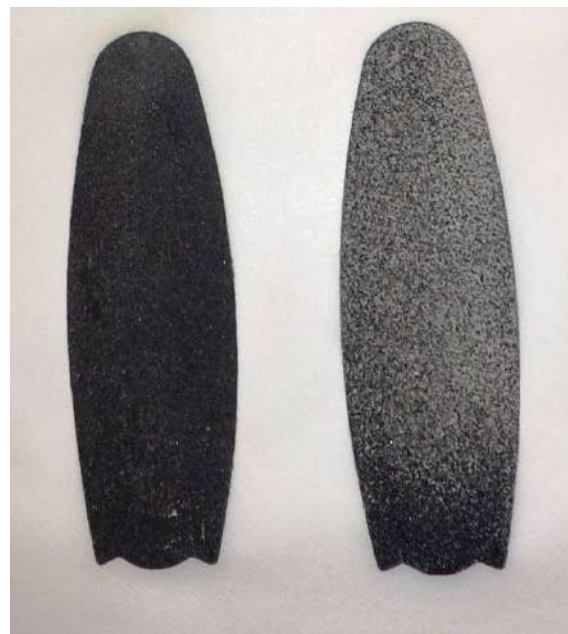
(皮膚キュレットを使う)

(メスで削る)



レデューサー

用手研磨。裏表でやすりの目の粗さが異なる
やすりが貼り換えられるものを推奨。
本体は洗浄・アルコールなどでの清拭



マイクログラインダー



湿式



吸引式



据え置き式



充電式



簡易式

グラインダーのアタッチメント(例)

爪用	角質用	鶏眼
		

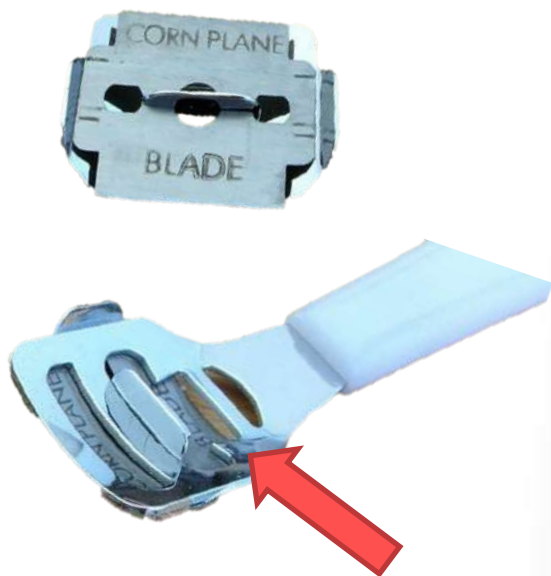
- ・径の大きいものは回転数を少なく、細いものほど多く
- ・ダイヤモンドコーティングのものは滅菌可能(しかし、高価)
- ・ストーンタイプは、耐久性と滅菌できないことから推奨度は低い

コーンカッター

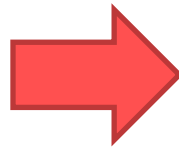
刃を2枚のカーブした金属ではさみ、胼胝等の角質を削る

刃は使い捨てで、上下使用できる

柄の部分がプラスチックのものと金属のものがある

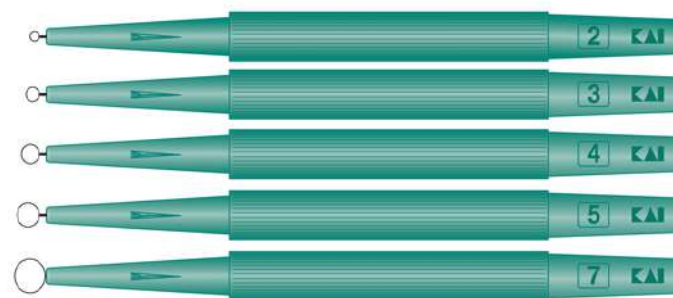


皮膚をしっかり伸ばす



皮膚キュレット

定価450円／本(1箱20本入り)
ディスプレイザブル



先端の直径: 2、3、4、5、7mm(3~4mmが使いやすい)

先端部分は刃物用ステンレス鋼であり、鶏眼の芯や角質を簡単に削ることができる



メスを使うときは・・・



創周囲の角質はしっかり削る

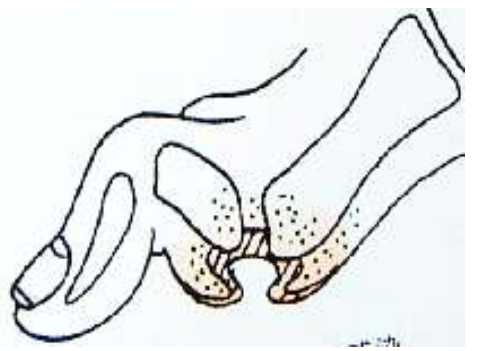
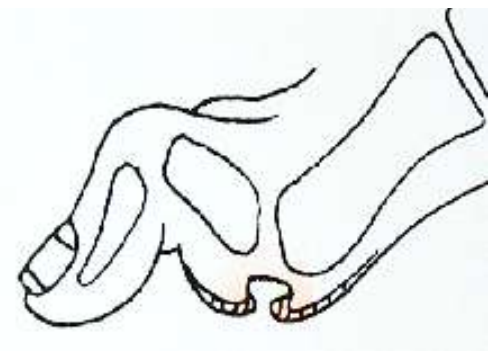
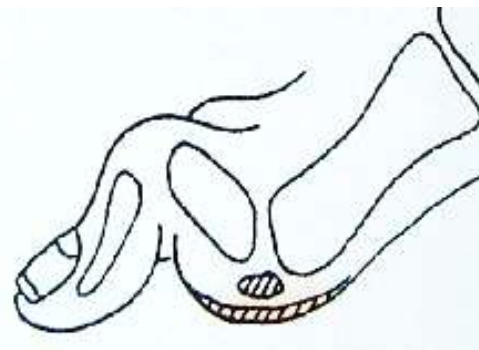
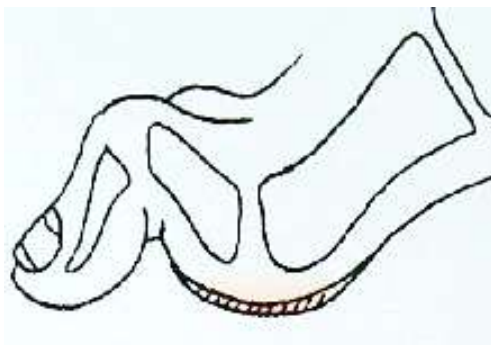


運動神経障害などで 足趾の関節拘縮がおけると・・・



Mario Marugaroli氏より提供

足の変形、胼胝・鶏眼による足潰瘍形成



胼胝内の潰瘍



削る胼胝と削らなくてもいい胼胝の見分け方(西田流)

○ 削らない胼胝

- ・角質は厚いが軟らかい
- ・骨突出部と一致していない

○ 削る胼胝

- ・石のように硬く乾燥している
- ・胼胝内に出血痕がある
- ・胼胝周囲の皮膚の発赤や熱感がある
- ・骨突出部に一致している
- ・患者さんがいたくて辛い(ただし、感覚神経障害がある場合は痛くないので要注意！)

あとは直感と
経験です♡



当然例外もありますので、あとは臨機応変に！

アルコール綿等の活用

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

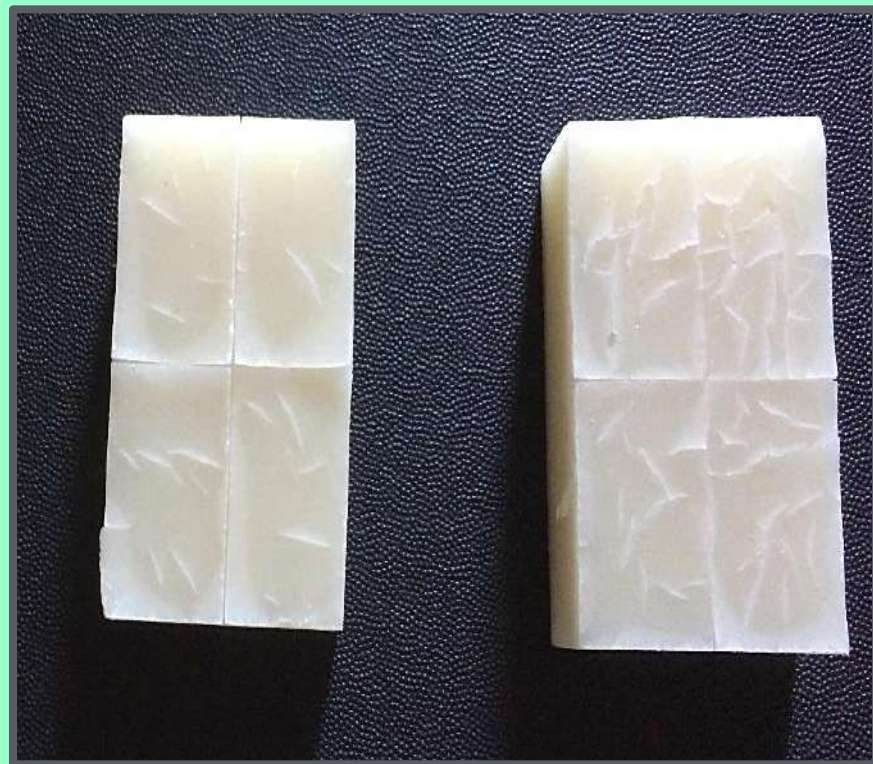
実験してみました!!

お餅を包装から出しました



30分後

・・・カサカサになりました



何もせず放置したお餅



30分水につけたお餅



何もせず放置したお餅



水につけた後ラードを塗って6時間後のお餅



生活支援のポイント

さんぽ♡



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）

かかとのひび割れ



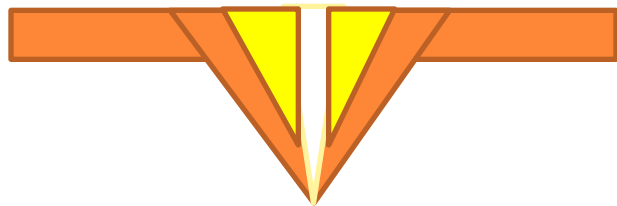
血流が悪いと・・・



踵の角質肥厚とひび割れ



踵



胼胝・鶏眼処置、踵ケアのめやす（西田流）

胼胝

- つまんで硬さがなくなるくらいまで削る
- 押したりつまんだりして、痛みが軽減もしくは消失したことを確認する

鶏眼

- 鶏眼の芯だけを取るだけでなく、周囲の角質をすり鉢状に削る
- 圧痛がないかを確認する

踵等の角質肥厚

- 周囲の皮膚の角質の厚さと同じくらいか、少し厚めに削る。
- 亀裂部分は、その周囲の角質が厚ければ、線状に削り、角質の厚みをそろえる
- 亀裂の一番深い谷の部分は削らない

足のナースクリニック

- 病院・施設でのフットケア支援
- スタッフ教育・技術講習・学会発表
- 講演会、執筆



足のナースクリニック ブログ

<http://ameblo.jp/ashi-nurse/>

足のナースクリニック Facebookページ

<https://www.facebook.com/ashi.nurse>

フットケア・WOCケア
のコンサルや講演等
のご依頼をお待ちし
ております！





(社)日本トータルフットマネジメント協会

JAPAN TOTAL FOOT
MANAGEMENT ASSOCIATION

- **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。

● ホームページ

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

● Facebookページ

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

【主な活動】

- 多業種フットケア研究会(専門家向け)
 - 足フェス(市民啓発活動)
 - フットケア心理士養成講座
- フットケア衛生管理士養成講座
- 足ゼミ(会員向け事例検討会)

(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 医療フットケアコース

○看護師等を対象

総論、概論、爪ケア・角質ケアの基本手技、医療・介護現場での管理困難な爪ケア・角質ケア、靴・インソール、フットマッサージ(演習)、病院・施設実習、認定試験(ペーパー、実技)等



ご清聴
ありがとう
ございました

