ナースの星　WEBセミナー

がん患者のフットケア

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

がん患者にフットケアが必要な理由

- 抗がん薬の副作用に伴う皮膚障害や爪囲炎、抜爪
- リンパ郭清による術後のリンパ浮腫
- 末期の緩和ケアとして

抗がん薬の副作用に対するフットケア

抗がん薬の足への影響

- 抗がん薬による末梢神経障害
- 抗がん薬による皮膚障害

  ・・・乾燥性皮膚炎、手足症候群
- 移植片対宿主病

  graft-versus-host disease；GVHD

  ・・・紅斑・丘疹・掻痒症（鱗屑）、爪の萎縮・変形・剥離等

抗がん薬の足への影響

手掌の乾燥と関節部分の強い痛みを伴う表皮剥離

a. 5-FU投与後

第３指に爪周囲炎

b. アービタックス投与後

戸井恭子：がん患者へのフットケア、月間ナーシング30(9),60 ,2010より引用

抗がん薬による皮膚障害

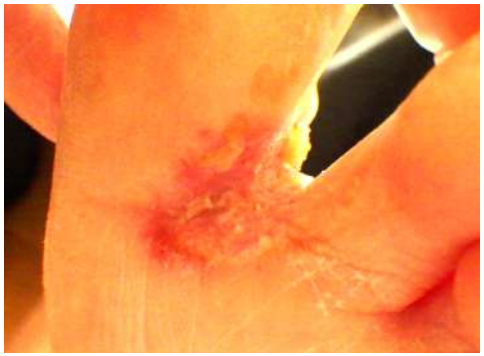
皮膚障害	原因となる抗がん薬	症状	対処方法
手足症候群（HFS） ・・・基底層細胞の増殖能の阻害、エクリン汗腺殻の薬物分泌によるものか？	＜注射＞ ５－FU、ドキシル ＜経口＞ ゼローダ、ネクサバール	手掌や足底に水疱、紅斑、腫脹、亀裂、疼痛、知覚過敏、ほてり、爪の変形・抜爪、角質増殖	抗がん剤の減量、休薬、保湿、ステロイド軟こう塗布等。確立された治療法はない。
EGFR阻害薬による皮膚障害（EGER：上皮細胞増殖因子受容体）	＜注射＞ アービタックス ＜経口＞ イレッサ、タルセバ	頭部、顔面、胸部、背部、腕などに挫創様皮疹、脂漏性皮膚炎、乾皮症、爪囲炎	

戸井恭子：がん患者へのフットケア、月間ナーシング30(9),57，2010より一部改編

HFSの原因となる主な抗がん薬
（カッコ内は®製品名）

- フッ化ピリミジン系代謝拮抗剤
  ・カペシタビン（ゼローダ）
  ・フルオロウラシル（５－FU）
  ・テガフール・ギメラシル・オテラシルカリウム（ティーエスワン）
  ・テガフール・ウラシル（ユーエフティ）
- タキサン系薬剤
  ・ドセタキセル（タキソテール／ワンタキソテール）
- アントラサイクリン系薬剤
  ・ドキソルビシン塩酸塩リポソーム注射薬（ドキシル）
- チロシンキナーゼ阻害剤
  ・ソラフェニブ（ネクサバール）
  ・スニチニブ（スーテント）

HFSとの鑑別が必要な疾患



- 白癬
- 乾癬
- 進行性指掌角化症（手湿疹）
- 凍瘡（しもやけ）
- 掌蹠膿疱症
- 異汗性湿疹

表1　皮膚症状の相違点

	チロシンキナーゼ阻害剤（ネクサバール®，スニチニブ等）	フッ化ピリミジン系薬剤（カペシタビン等）
紅斑・腫脹の広がりの傾向	限局性（主に指先）	びまん性（手のひら～指先）
過角化の様子	光沢，指紋の消失は少ない過角化傾向が強く，足底部では黄白色調を呈することが多い	やや光沢をおび，指紋の消失傾向
色素沈着	ほとんどない	比較的多い
爪の変化	手指において無痛性の爪下線状出血斑を認めることがあるが，足では稀	粗造化，混濁，萎縮，変形等を認める

ネクサバール：手足症候群ポケットガイド

生活支援のポイント

保清

- 足の洗浄を毎日行う

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）

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	ヘパリン類似物質
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

1push＝
1FTU

大切なのは

主薬（成分）と

基剤（水と油のバランス）

誰もができる、究極のケア！保清保湿

限られた時間のなかでできる最善のケアを行おう！
時間がないから「できない」ではなく
「どうしたらできるか」を考えよう

HFSの予防的ケア（足の場合）

- 保湿（粘性の高くない皮膚のすべりがいいもの）
- 爪・角質ケア
- 刺激の除去

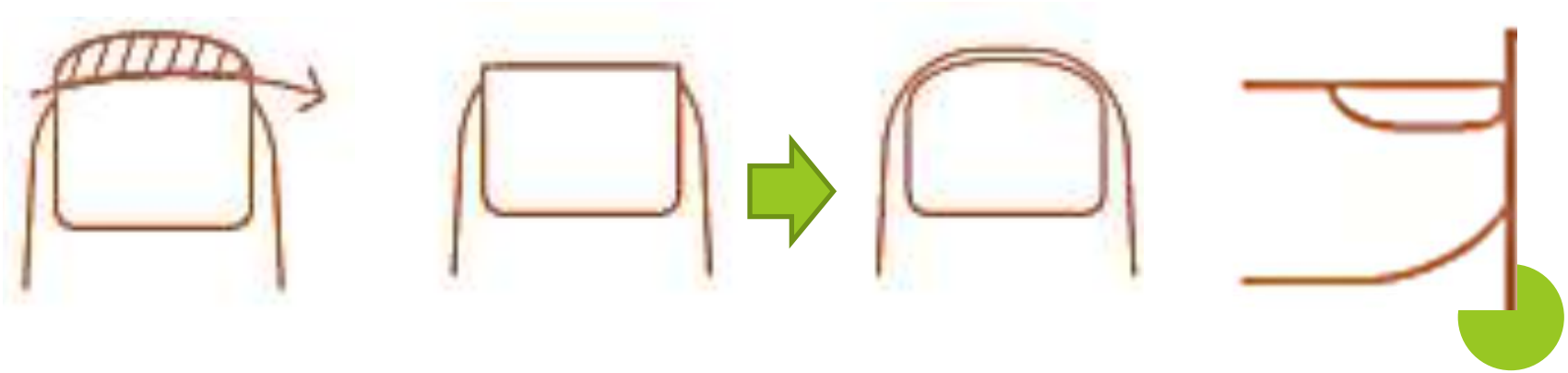
足を圧迫しすぎない靴の着用、靴べらの使用
柔らかめのインソールの使用
靴下やスリッパの着用（裸足の生活をしない）
長時間の歩行や立ち仕事、ジョギングをしない
熱い風呂に入らない、長湯しすぎない（10分程度）

陥入爪、爪囲炎、肉芽腫、巻き爪

- もともと巻き爪や深爪等があれば、抗がん薬治療前から、爪の切り方に注意をしましょう

足爪の切り方（基本）

- あしゆびの形に添って、真っすぐ、もしくは直線に近い緩やかなカーブに切る
- 爪の端は切り込まず、爪やすりで角を落とす
- 長さはゆびより少し短めにする

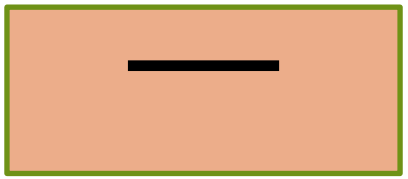


巻き爪のテーピング

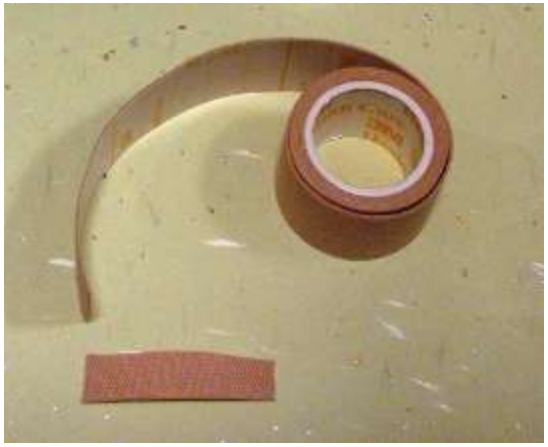
- 3M™ マルチポア™ ライトブラウン 粘着性綿布伸縮包帯
- ネクスケア™ 伸縮する布テープ

（伸びるほうが長辺）

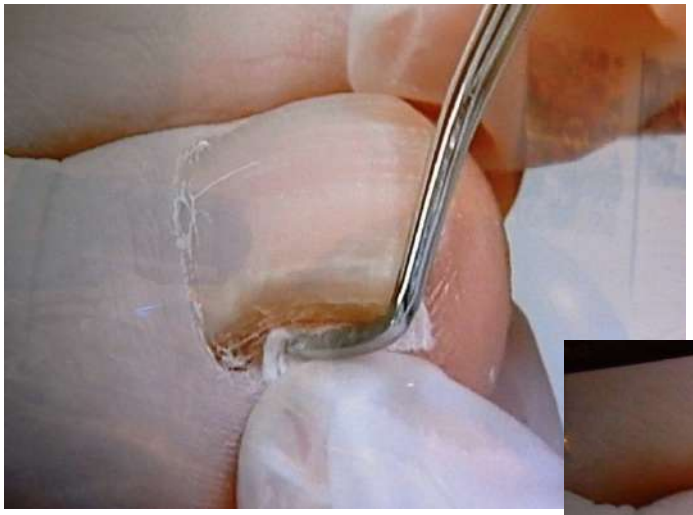
2.5×4cm

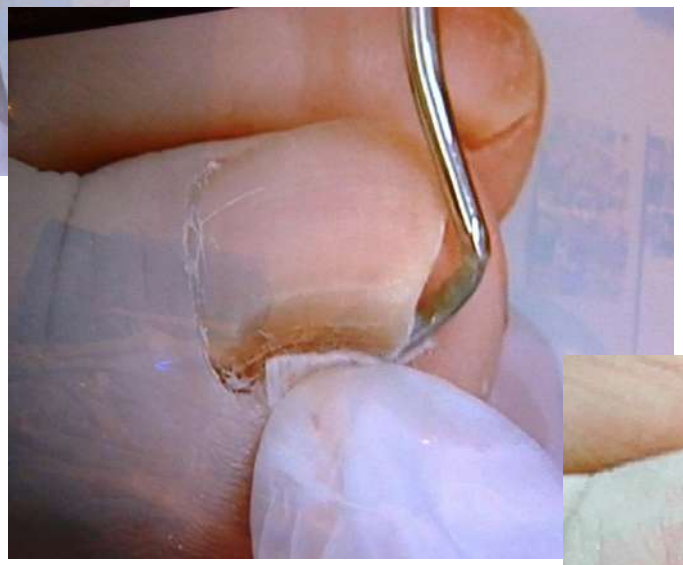


1.25×4cm



コットンパッキング
※スケーラーゾンデの使い方をしっかりマスターする！





2年後

2017年2月6日

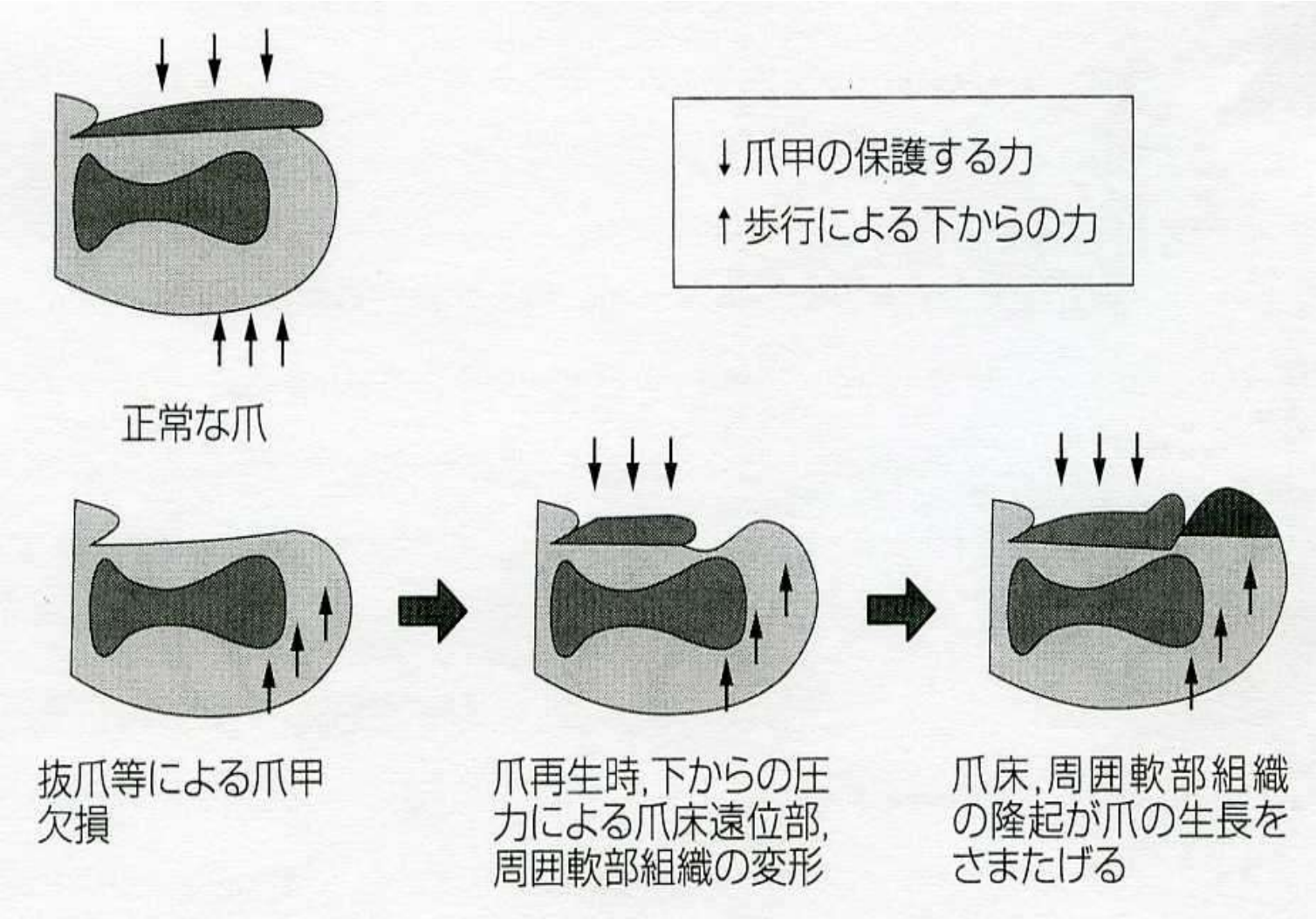
ケア前　ケア後

抗がん薬治療中の方ではないですが。。。

2018年10月1日

ケア前　ケア後

深爪や抜爪による影響


↓爪甲の保護する力
↑歩行による下からの力
正常な爪
抜爪等による爪甲欠損
爪再生時,下からの圧力による爪床遠位部,周囲軟部組織の変形
爪床,周囲軟部組織の隆起が爪の生長をさまたげる

靴選びのコツ、インソール

インソールの中に足がちょうど入る

インソールが外れる

親指の幅１つ分のゆとり

靴選びのコツ

足首まで
固定

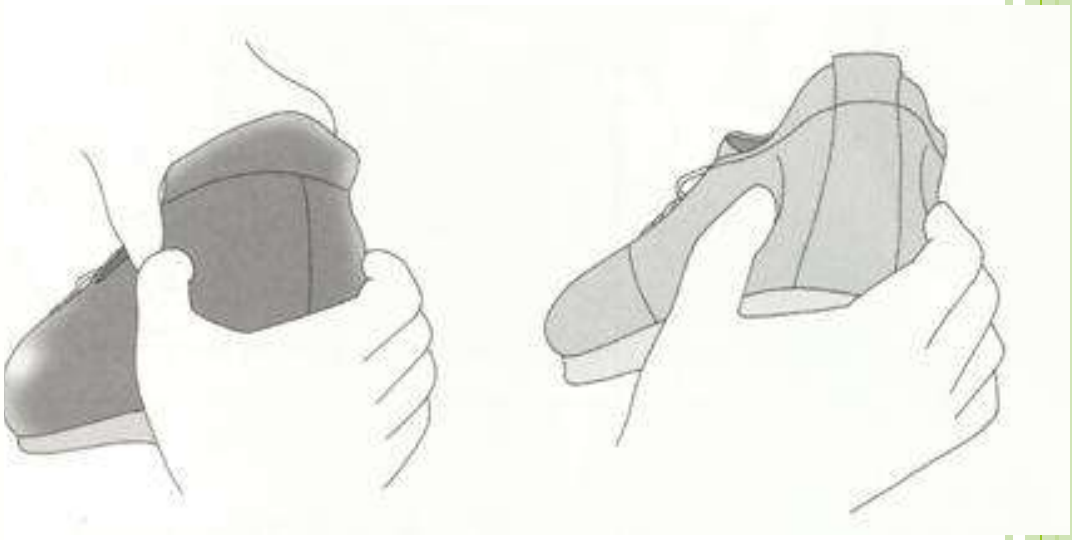
つま先の
ゆとりと
高さ

踵部が
カップ状で
型崩れ
しない

靴底に厚み

中の縫い目が
当たらない

靴選びのコツ



ロッカーバー

正しい靴の履き方

- 靴ひもを解く
- 靴の中に小石などが入っていないかを確認する
- 靴の中に足を入れる
- ベロの部分が中に入り込んでいたら、それを出してしわがないようにする
- つま先を上げ、踵をついて、靴の踵部分に踵がすっぽりとおさまるようにする（いすに座って履くとやりやすい）
- 靴ひもを、足のつま先に行くほどゆるめに、足首に行くほどしっかりとフィットするように調節する
- 靴ひもを結ぶ
- 歩いて踵が抜けないかを確認する

リンパ郭清による術後のリンパ浮腫

リンパ浮腫

＜特徴＞①片側性もしくは左右差あり
②重だるさ、疲れやすさ
③痛みやしびれは乏しい
④皮膚を薄く摘み上げられず硬く張った感じ
⑤皮下組織の肥厚・繊維化のため圧迫痕が残らない
⑥皮膚の色調変化はない

＜合併症＞ ①蜂窩織炎
②急性皮膚炎
③白癬症
④リンパ小疱、リンパ漏

【診療報酬】
リンパ浮腫指導管理料（入院中1回のみ100点）

- 保険医療機関に入院中の患者であって、子宮悪性腫瘍、子宮附属器悪性腫瘍、前立腺悪性腫瘍又は腋窩部郭清を伴う乳腺悪性腫瘍に対する手術を行ったものに対して、当該手術を行った日の属する月又はその前月若しくは翌月のいずれかに、医師又は医師の指示に基づき看護師又は理学療法士が、リンパ浮腫の重症化等を抑制するための指導を実施した場合に、入院中1回に限り算定する。

四肢のリンパ浮腫治療のための弾性着衣等に係る療養費の支給

(ア) 支給の対象となる疾病

- リンパ節郭清術を伴う悪性腫瘍（悪性黒色腫、乳腺をはじめとする 腋窩部のリンパ節郭清を伴う悪性腫瘍、子宮悪性腫瘍、子宮附属器悪 性腫瘍、前立腺悪性腫瘍及び膀胱をはじめとする泌尿器系の骨盤内の リンパ節郭清を伴う悪性腫瘍）の術後に発生する四肢のリンパ浮腫

(イ) 支給の対象となる製品

- 四肢のリンパ浮腫の疾病治療のために、医師の指示に基づき購入す る弾性着衣、弾性包帯について支給の対象とする。ただし、弾性包帯については、医師の判断により弾性ストッキング、 弾性スリーブ、弾性グローブが使用できないと認められた場合に限り 支給の対象となる。

(ウ) **製品の着圧 30mmHg 以上**の弾性着衣を支給対象とする。ただし、腱鞘炎・関 節炎などにより強い着圧では明らかに装着に支障をきたす場合など、 医師の判断により特別な指示がある場合に限り、20mmHg 以上の着 圧であっても支給対象となる。

(エ) 支給回数 一度に購 入する 弾性 着衣は、洗い替 えを 考慮し、**装着部 位毎 に2 着**を限度とする。弾性着衣の経年劣化による買い替えについては、**前 回購入後6か月経過後**に再度購入した場合に支給対象となる。

(オ) 支給額 購入 額（消 費税 抜 き）、年 齢区 分に 応 じ た給 付 割合 を乗 じ た 額を 支給する。ただし、購入額が、以下の上限額を超える場合は、この上 限額に給付割合を乗じた額を支給する。

- 弾性ストッキング 28，000円／1着（片足用の場合は25，000円）
- 弾性スリーブ 16，000円／1着
- 弾性グローブ 15，000円／1着

注意事項

- 治療用装具とは、疾病の治療遂行上必要なものに限られるので、日常 生活や職業上必要なもの、あるいは、美容の目的で使用されるものは含まれない。

【診療報酬】
リンパ浮腫複合的治療料（H28～）

1．重症の場合　200点

2．１以外の場合　100点

- 注

1．別に厚生労働大臣が定める施設基準に適合しているものとして地方厚生局長等に届け出た保険医療機関において、リンパ浮腫の患者に複合的治療を実施した場合に、患者1人1日につき1回算定する。

2．１の場合は月１回（当該治療を開始した日の属する月から起算して2月以内は計11回）を限度として、2の場合は6月に1回を限度として、それぞれ所定点数を算定する。

リンパ浮腫複合的治療料

- 通知

(1)略

(2) リンパ浮腫複合的治療料は、専任の医師が直接行うもの又は専任の医師の指導監督の下、専任の看護師、理学療法士若しくは作業療法士が行うものについて算定する。あん摩マッサージ指圧師（略）が行う場合は、専任の医師、看護師、理学療法士又は作業療法士が事前に指示し、かつ事後に報告を受ける場合に限り算定できる。いずれの場合も、患者1名に対し従事者1名以上の割合で実施する。

(3) リンパ浮腫複合的治療料は、弾性着衣又は弾性包帯による圧迫、圧迫下の運動、用手的リンパドレナージ、患肢のスキンケア及び体重管理等のセルフケア指導等を適切に組み合わせ、「1」の「重症の場合」は1回40分以上、「2」の「1以外の場合」は1回20分以上行った場合に算定する。なお、一連の治療において、患肢のスキンケア、体重管理等のセルフケア指導は必ず行うこと。また、重症の場合は、毎回の治療において弾性着衣又は弾性包帯による圧迫を行うこと（圧迫を行わない医学的理由がある場合を除く。）。

(4)略

靴下の足首圧と機能

（単位：mmHg）

	無圧	弱圧	中圧	強圧	最強圧
足首圧	0 mmHg	10～14 mmHg	15～21 mmHg	23～32 mmHg	34～46 mmHg
機能	病変足保護	浮腫予防	肺血栓塞栓症予防	リンパ浮腫予防	リンパ浮腫治療
名称	糖尿病靴下	着圧靴下	弾性ストッキング		

（西田壽代監修：はじめよう！フットケア第3版、日本看護協会協会出版会　203－207）

浮腫が強く潰瘍がある場合

- 弾性包帯
- 弾性着衣（弾性ストッキング）

ジョブスト ファロークイック

サークエイド

JOBSTアルサーケア（テルモ）

包帯の下には、1枚布をあてがう
…弾性チューブ包帯、ズボン下など

- ローマン包帯（http://www.nakcorp.co.jp/product/landr/）

- Kチューブ

- チュービコット

弾性包帯・弾性着衣使用の留意点

	チェック事項	危険因子詳細
1	ストッキングのずり落ち、上端の丸まりがないか	血行障害、水疱、皮膚炎、皮膚発赤、びらんの原因となる。
2	ずり落ち防止に、ゴムひも等を使用していないか	ゴムひも等で局所的に強く圧迫すると、血行障害の原因となる。
3	ストッキングにシワやよじれができていないか	シワやよじれが出来ると、皮膚に食い込み発赤や疼痛の原因となる。また圧迫力が不均一となり、段階的圧迫力にならなくなってしまう。シワは、特に膝の裏や足首関節の前面部に出来やすい。常時シワが出来ていると、皮膚に食い込む可能性がある。足の位置を変えたり、綿包帯等でクッションを置くこと。
4	つま先に締め付け感はないか	足や指が締め付けられると、浮腫、水疱、皮膚損傷の原因となる。
5	皮膚の色の観察	つま先から、皮膚の色、浮腫の有無を観察し、深部静脈血栓症の早期発見に心がける。皮膚がチアノーゼ、蒼白を呈する時には、動脈血行障害を疑うこと。知覚鈍麻、運動障害を伴うこともある。
6	皮膚の発赤、びらん、水疱、発疹の有無の観察	皮膚の損傷は、ストッキングがズレやすいストッキングの上端、下端部や、足関節・膝関節部に出来やすい。痩せている患者では軟部組織の少ない下腿前面（スネ）に生じることがある。
7	患者に痛み、不快感がないか	痛み、しびれ、かゆみ等の症状が有れば、その原因を知ることが大切であり、必要で有ればストッキングを脱がせ、観察すること。絶えず患者の訴えに注意すること。

http://www.info.pmda.go.jp/ygo/pack/480331/13B1X00015000014_A_01_02/13B1X00015000014_A_01_02?view=body

ケアの基本

- スキンケア＝セルフケア（保湿重視）
  ･･･乾燥と浸軟を避ける
  皮膚の清潔保持
  物理的･化学的刺激を避ける
  創傷治癒課程の促進（湿潤環境の保持）
- リンパドレナージ、マッサージ
  ･･･表在性リンパ管に働きかけ、リンパ節から静脈に戻す
- 圧迫療法
- 運動療法…PTとの連携
- 予防･･･履き物、長時間の歩行の一時中止、部分的に締め付ける靴下の禁止

Kチューブ
Kチューブ

根気強く
あきらめず
寄り添い続けて
くださいね

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