



新年号の特集

- 透析患者さんと  
フットケア
- 年頭の御挨拶

もみじの由来：紅葉は、総社市の市木に制定されています。

# 透析患者さんとフットケア

● 知って納得、読んで納得



近年、高齢者や糖尿病患者の増加などを背景に、末梢動脈疾患や末梢神経障害、感染症など透析患者さんの足病変の合併が多くなっています。透析患者さんは様々なハイリスク要因を抱えており、靴擦れや爪切りで生じた小さな傷や鶏眼（魚の目）、胼胝（タコ）といった何でもない病変からでも驚くほど急激に重症化し、時には下肢切断に至ってしまうこともあります。



当院では、全患者さんを対象に毎月1回足チェックを行っております。足、爪の変形、胼胝や鶏眼の有無等の皮膚を観察、足背動脈、後脛骨動脈、膝窩動脈が触知するかどうか、皮膚の冷感はないか、見て触れるフットチェックで早期発見に努めています。また、ABI（足関節/上腕血圧比）TBI（足趾/上腕血圧比）CAVI（心臓足首血管係数）の検査を年2回定期的に行うことで末梢動脈疾患の評価を行っています。CAVIとは、心臓から足首までの動脈の硬さをみる検査で、およその血管年齢がわかります。ABIとは、下肢の比較的太い動脈の狭窄や閉塞の有無がわかります。また、必要に応じて爪切りや皮膚角質の処理等のスキンケアを実施しております。

## \*毎日のフットケアのポイントは？

足病変は予防と日頃からのケアが重要です。

- ・禁煙しましょう
- ・毎日足をよく観察し、清潔にしましょう
- ・爪は正しい方法で慎重に切りましょう
- ・自分の足に合った靴を履きましょう
- ・足をけがしないように注意しましょう
- ・暖房器具は直接用いないようにしましょう



## \*足を清潔に保つはどうしたらよいの？

毎日足をよく観察して、入浴時には丁寧に洗うようにしましょう。  
また、けがを避けるために靴下を履くようにしましょう。

- ・入浴の際は、湯加減を確認してから入りましょう
- ・足の裏や指の間も丁寧に洗いましょう
- ・洗った後は清潔なタオルで水分をしっかりとふき取りましょう
- ・乾燥してひび割れしやすいところにはクリームを塗りましょう
- ・いつも靴下を履きましょう



## \*正しい爪のお手入れ方法は？

伸びた爪はけがのもとですが、深爪も爪の周囲の組織の傷の原因となり危険です。爪を切るときは皮膚を傷つけないよう気をつけて、先がまっすぐになるように切りましょう。

- ・伸びた爪でけがしないよう、こまめに爪を切りましょう
- ・深爪でけがをしないように、適切に爪を切りましょう
- ・明るい場所で切りましょう
- ・まき爪や、硬くて切りづらい爪は無理に切らずに、医師や看護師に相談しましょう



通気性がよく、しめつけないものを選びます



## \*自分の足に合った靴の選び方は？

透析患者さんや足病変のある患者さんが、足に合わない靴を無理して履くことは禁物です。必ず試着して、自分にフィットした靴を選びましょう。

- ・かかとの高い靴は避けましょう
- ・つま先に余裕があり、足の甲にフィットしたもの、靴底にクッション性のあるものを履きましょう
- ・靴を履く前に、小石などの異物が入っていないかチェックしましょう
- ・靴を買うときは、足が大きくなる夕方に試着して自分にあった靴を買いましょう



足病変は、フットケアによって予防可能です。足になんらかの変化があれば、身体の中で何が起きているのか、どんなリスクがあり、どのようにケアをするのがよいのかを一緒に共有し、大切な足を守っていきましょう。（内藤）

# 年頭の御挨拶

皆様明けましておめでとうございます。



高温化する環境に相次ぐ大火災、熊による被害や近隣国との関係悪化と、昨年は今までになかったような事象が発生し不安を感じることもありました。当院も社会情勢の変化を受け、過去に経験しなかつたような厳しい事態に直面しています。それでも昨年一年間、様々な場面で皆様から多大な御支援を頂きました。深く感謝申し上げます。

医療をめぐる情勢は甘くないと感じる一方、じつと立ちすくんでいても次の展望は開けません。辛いことや悩ましいことを受け入れつつ、いつでも前を向いて希望を持たなくてはと思います。今年も血液透析を中心しながら、腹膜透析やCKD対策、災害対策など、より幅広い領域で地域社会の期待に応えていきたいと考えております。

本年もどうかよろしくお願ひ申し上げます。

院長 杉本 太郎

新年明けましておめでとうございます。

本年も皆様の透析治療における安心・安全の一層の向上を目指しスタッフ一同誠心誠意努めて参りたいと思います。また今年一年私たちは杉本クリニックが皆様にとつてより良いクリニックになるために職員一同自己研鑽に努め常に新しいものを吸収し皆様の透析生活のお役に立てるよう努力していきたいと考えております。今年一年が皆様にとつてより良い年でありますよう心より願っております。

本年もよろしくお願ひ致します。

臨床工学部主任 中川 政樹

新年明けましておめでとうございます。

## 新年明けましておめでとうございます 本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます

皆様には当院の医療活動に多大なるご支援とご協力を賜り心より感謝申し上げます。コロナ禍の完全回復には至らず、依然として感染症の動向には注意が必要な状況が続いています。また、社会保障費負担の増大、診療報酬の改定、医療介護の人材不足など厳しい状況にあります。近年では腹膜透析の需要も高まり在宅医療への推進が明確化されてきています。当院でも外来で腹膜透析の維持管理をさせて頂くようになりました。皆様に良い透析医療看護が提供できるよう努めて参ります。

今年は丙午でありエネルギーや行動力の年といわれています。皆様にとってエネルギーに満ち溢れた年になることを願っております。

本年もどうぞ宜しくお願ひ致します。

看護部主任 吉武 恵美

新年明けましておめでとうございます。

昨年は、「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマとした大阪・関西万博が盛り上がり上がったほか、史上初の女性総理大臣が誕生するなど、暗い空気を一変するような出来事がありました。しかし一方で、日々の生活ではコメの価格高騰など物価の上昇が悩みの種でもあります。

変化の激しい世の中の流れに振り回されることなく、今年も皆様においしく安全な食事をお届けできるよう、栄養部一同精進してまいります。

本年もよろしくお願ひ致します。

栄養部主任 廣恵 一美

謹んで新春をお祝い申し上げます。

昨年は医療機関の経営についての報道もよく耳にしました。そこで当院では物質的な面では一部経費削減等を図っていることにをお気づきかもしませんが、皆様へのサービスの質は落とさぬよう努めて参ります。また診療報酬改定が今年もございますが、新制度にも対応できますよう学んで参ります。

最後になりましたがこの一年皆様方のご多幸をお祈り申上げます。

事務部主任 菅野 美代子



令和八年

発行：(医)杉の会 杉本クリニック

〒719-1136 総社市駅前2丁目18-21

Tel : (0866)92-1000 Fax : (0866)93-8870

メールアドレス : sc-post@mx7.mesh.ne.jp

ホームページアドレス : <http://sugimotoclinic.com/>



杉本クリニック公式アカウント