



糖尿病患者さん 足チェックシート



これはあなたの症状を詳しく知るためのものです

(記入日 平成 年 月 日)

あなたの症状について、質問の(はい・いいえ)の箇所に○をつけてください。

1 足に以下のような症状はありませんか？

1. 足の先がジンジン・ビリビリする。 (はい・いいえ)
2. 足の先がしびれる。 (はい・いいえ)
3. 足の先に痛みがある。 (はい・いいえ)
4. 足の感覚に異常がある。
(感覚が鈍い、痛みを感じにくい、ザラザラした感触等) (はい・いいえ)
5. 足がつる、あるいは、こむら返りが起こる。 (はい・いいえ)

2 最近、足の外観に以下のような変化はでていませんか？

1. 皮膚が赤くなったり、腫れたりしている部分がある。 (はい・いいえ)
2. 小さな傷でもなかなか治らない。 (はい・いいえ)
3. うおのめ、たこ、まめ、あるいは靴ずれがよくできる。 (はい・いいえ)
4. 皮膚が乾燥したり、ひび割れしている部分がある。 (はい・いいえ)
5. 皮膚がカチカチになっている部分(角質)が増えてきた。 (はい・いいえ)
6. みずむしなど足に感染症がある。 (はい・いいえ)



医師記入欄

※以下、ご記入にならないで下さい。

現在の糖尿病の状態 (あてはまる□内に/印を記入して下さい。下線の箇所は数値を記入して下さい。)

入院 外来 身長: _____ cm 体重: _____ kg
 糖尿病罹病期間: _____ 年 血糖値: _____ mg/dl (空腹/食後 _____ 時間)
 ヘモグロビンA1c: _____ %
 糖尿病治療は 食事療法 経口血糖降下薬 インスリン治療
 アキレス腱反射 異常 (□消失 □減弱) (□両足 □片足) 正常
 振動覚 右: _____ 秒 左: _____ 秒

糖尿病患者さんへ

くつ下を脱いで
足をよく診てもらいましょう。

壊疽

変色

タコ

乾燥

発赤

ヒビ割れ

失明 年間 3,500人以上
 人工透析導入 年間14,000人以上
 足の切断 年間 3,000人以上

糖尿病の合併症を早期に発見する上で足の形態や足の症状をときどきチェックすることは非常に重要です。足の症状として重要なのはこむら返り・足裏の違和感(じゅりを踏んだ感じ)・足指先のしびれなどです。

※備え付けの足チェックシートにご記入し、担当医師または看護職員にお渡し下さい。

日本糖尿病対策推進会議(日本医師会・日本糖尿病学会・日本糖尿病協会)

<http://www.med.or.jp/>

<http://www.jds.or.jp/>

<http://www.nittokyo.or.jp/>



『くつ下を脱いでいただく理由』

- 1 **腱反射**を正確に実施する
- 2 **足(裏)の感覚異常**を診る
- 3 **足(裏)の皮ふ温**を確かめる
- 4 **足(裏)病変**早期発見



腱反射試験とは…

足病変の原因となる糖尿病神経障害を早期に発見するために簡単でかつ有用な試験です。



合併症の早期発見のために

糖尿病になると特にその**合併症**に注意しなければなりません。

三大合併症(腎・網膜・神経)があり、その中でも**神経障害**が一番多い合併症で、他の合併症よりも**早い時期**から始まることが多いと言われています。

早期発見のための検査があります



(アキレス腱反射試験の様子)