

糖尿病における足の傷と潰瘍

なぜ糖尿病では足の傷が重要なのか

糖尿病がある場合、足の傷は非常に深刻であり、決して軽視してはいけません。糖尿病患者における切断の多くは、小さな足の傷から始まります。

皮膚は感染から体を守る自然のバリアです。

皮膚が破れると、細菌が侵入し、重大な問題を引き起こす可能性があります。

足潰瘍（フット・ウルサー）とは？

足潰瘍とは、皮膚にできた**開放性の傷や皮膚の断裂**のことです。

以下のような非常に小さな傷から始まることがあります。

- 水ぶくれ
- 乾燥した皮膚のひび割れ
- 切り傷や刺し傷（例：釘を踏んだ場合）

小さな傷であっても、早期に治療しなければ危険な状態になることがあります。

なぜ足の傷は起こるのか

足の傷は、特に**足の感覚が低下している場合**、圧迫によって起こることがほとんどです。主な圧迫の種類は3つあります。

1. 持続的な圧迫

- 例：長時間ベッドに横になり、かかとに圧がかかる（図 1）
- 例：きつい靴を何時間も履き続ける（図 2）

2. 突発的な圧迫

- 例：釘や針を踏む（図 3）

3. 繰り返される圧迫（最も一般的）

- 同じ部位に繰り返し体重がかかることによって起こる（図4）
- 外反母趾、槌趾、扁平足、ハイアーチと関連することが多い（図5）
- 胼胝（たこ）が形成され、やがて皮膚が破れることがある（図6）



図 1



図 2



図 3

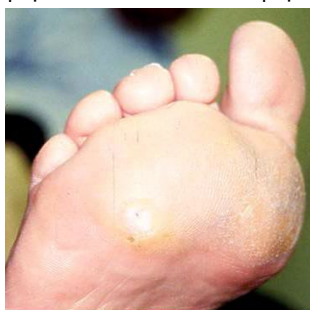


図 4



図 5



図 6

なぜ痛みを感じないのか

多くの糖尿病患者は**神経障害（ニューロパチー）**を有しており、足の感覚が低下しています。

その結果：

- 痛みを感じない
- 傷に気づかない
- 傷の上を歩き続けて悪化させてしまう

このため、毎日の足のチェックが非常に重要です。

胼胝（たこ）はどのようにして傷になるのか

胼胝は圧迫がかかる部位に形成されます。

胼胝の下では、皮膚が以下のような状態になることがあります。

- 水疱ができる（図7）
- 出血する
- 皮膚が破れる

皮膚が開くと、感染は急速に進行します（図 8）。



図 7



図 8

リスクを高めるその他の要因

以下がある場合、足の傷のリスクはさらに高まります。

- 乾燥してひび割れた皮膚（特にかかと）（図 9）
- 足指の間の水虫（図 10）
- 足の外傷
- サイズの合わない靴
- 血糖コントロール不良
- 血流不良（図 11）



図 9



図 10



図 11

足の傷の治療方法

治療は原因によって異なりますが、一般的には以下が含まれます。

- 足への圧を除去する
(特殊靴、ブーツ、ギプス、松葉杖、スクーターなど)
- 傷を清潔に保ち、適切に被覆する
- 感染の兆候を注意深く観察する

一部の傷では、医師が選択する特殊な被覆材や高度な治療が必要になります。

治癒にはどのくらい時間がかかるか

正確な治癒期間は決まっていません。

良い兆候：

- 4 週間以内に傷の大きさが半分になる場合、多くは 6 か月以内に治癒します。

治癒は以下に左右されます。

- 血糖コントロール
- 足に体重をかけないこと
- 適切な創傷ケア

治癒を遅らせる要因

1. 高血糖

- 創傷治癒を遅らせる
- 感染と闘う力を低下させる

2. 感染

- 警告サイン (図 12)：
- 発赤
- 腫脹
- 熱感
- 排膿
- 発熱または悪寒 (重篤)

3. 血流不良 (図 13)

- 血液は酸素、栄養、抗生物質を運ぶ
- 血行不良は治癒を妨げる



図 12



図 13

糖尿病性足病変を治療するのは誰か

足の傷は**多職種チーム**による治療が最も効果的です。

- 足病医（ポダ医）
- かかりつけ医または内分泌専門医
- 血管（循環）専門医
- 感染症専門医
- 創傷ケア看護師

多くの場合、**足病医**が治療の中心的役割を担います。

足の傷を予防するには

予防が最も重要です。

毎日行うこと

- 足の裏を確認する
- 足指の間をチェックする
- 発赤、ひび割れ、水疱、腫れがないか観察する

靴について

- 履く前に靴の中を確認する
- きつい靴や擦れる靴を避ける
- 室内でも保護用スリッパを履く

- 家の中でも裸足で歩かない

早期対応

- 問題を見つけたらすぐに医師に連絡する
- 早期治療は時間・費用・足を守ります

重要なポイント

糖尿病では、小さな足の問題が大きな問題へと発展します。

毎日のチェックと早期対応により、感染、入院、切断を防ぐことができます。