



TMG

戸田中央医科グループ  
Toda Medical Group

夏・創刊号  
2021.6.1 発行

～ 訪問看護ステーションcarna五反田だより ～

## 今回のテーマ：足の水虫について

訪問看護をしていると、利用者様の足のトラブルによく出会います。その多くは水虫が原因で、これからの時期は増殖しやすいです。高齢者の方は手が届かず洗えていなかったり、トラブルを見落としていたり、爪が厚く、ご家族も切れずに困っていることが多いです。

あなたの足は  
大丈夫？

### チェックリスト

- 爪が白色や黄色に濁っている
- 爪が厚くなっていたり、ポロボロと欠けたりする
- 水虫にかかったことがある、または今かかっている
- 日中は靴をはいていることが多い
- 靴をはいたり、歩く時に爪の部分が痛い

## 水虫の具体例

指間型：水虫の中で最も多い。足の指間の皮が剥けたり、白くふやけてジクジクするタイプ

爪白癬：爪が白から黄色に濁って、厚くなる。爪の下がポロボロになるのが特徴。

小水疱型：小さな水ぶくれができるタイプ。強い痒みの特徴。水ぶくれが、くっいたり、やぶれたり、めくれできます。

角質増殖型：足の裏がカサカサ、皮膚が厚くひび割れたりする。乾燥と痒みの特徴。他人に感染しやすい。



## 大切な足のケア

基本は保清と保湿です。トラブルの予防や小さな異変を見逃さない為にも定期的なフットケアが重要です。清潔にし、爪を適切な長さに整え、状態にあった軟膏やクリームを選択しましょう。私達は足湯や爪切り、マッサージをしています。毎日シャワーで流すだけでも効果があります。フットケアは、下肢機能の改善にもつながります。ぜひ足にも注目してあげてくださいね。



### 当ステーションの特徴

認知症・終末期・精神・フットケアなどに力を入れ、地域に根ざした愛し愛される丁寧な看護を心がけています！！



## 訪問看護ステーションカルナ五反田の仲間たち



イラスト めぐみ

### 「にじいろ通信」の意味

七つの色にちなんで、それぞれの看護師の特色や個性を発揮しチームワークのよい看護を提供します。また、虹を見たときのように、気持ちが和んだり良い事あるかも？と願う気持ちを込めて。今後ともよろしくお願ひします。

### 訪問看護ステーションcarna五反田

〒141-0031 東京都品川区西五反田3-10-9-6F  
TEL：03-5496-8774/FAX：03-5496-8780  
小児・精神・高度医療・認知症・ターミナル24H対応  
ご利用相談受付中！ ご利用お待ちしております！！

【担当：筑後】