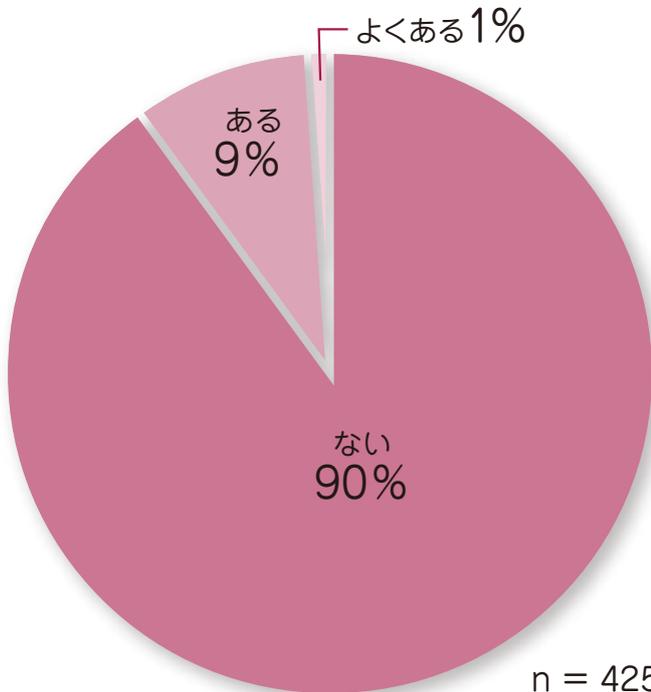


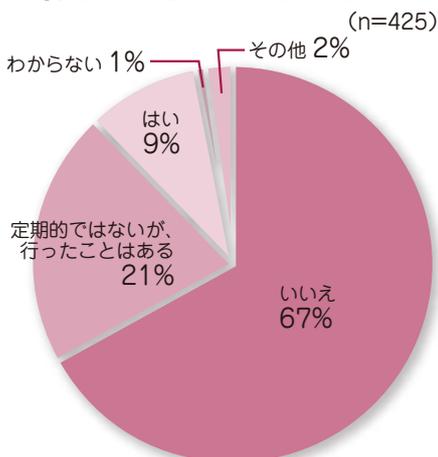
## Q. 痛みや違和感なく気づかぬうちに「靴ずれ」ができていた経験はありますか？



9割の患者さんは「ない」と答えました。ただし、回答された方で糖尿病神経障害と診断されている方は17%でしたが、「診断されていないけど自覚している」方は16%と同数存在。神経障害は患者さん自身で症状を認識していないと見過ごされやすいのが怖いところですが、気づかないうちに「靴ずれ」ができたことのある1割の方であっても、3人のうち2人は主治医へ報告していました。

通院先で足の検査を「定期的に行っている」と答えた人は9%ということからも、足の手入れは患者さん自身の実行と判断に委ねられており、足病変の早期発見、実態把握の困難さが推察されます。

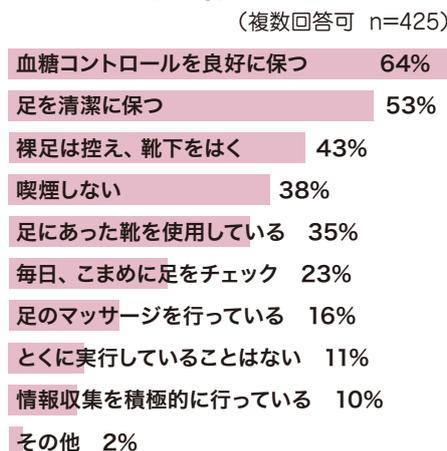
## Q. 通院先で足の検査を定期的に行ってもらっていますか？



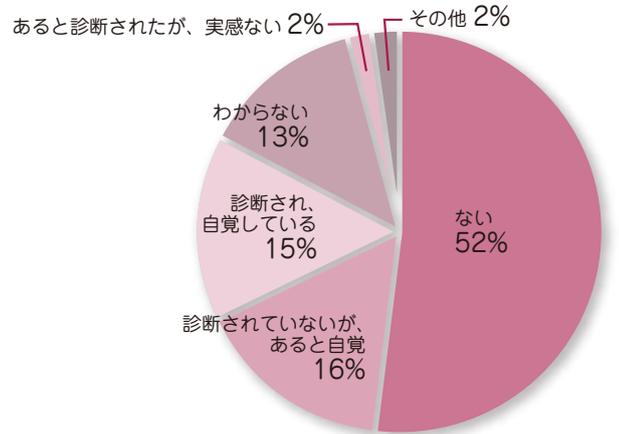
足病変の発症予防としては「血糖コントロールを良好に保つ」が最も多く64%で、「毎日、こまめに足の状態をチェック」している方は23%とわずかでした。また、患者さんの8割以上が靴選びは「履き心地が気に入った市販の靴」と答えており、健常者と変わらぬ靴選びの現状が浮き彫りになりました。

足病変の発症予防としては「血糖コントロールを良好に保つ」が最も多く64%で、「毎日、こまめに足の状態をチェック」している方は23%とわずかでした。また、患者さんの8割以上が靴選びは「履き心地が気に入った市販の靴」と答えており、健常者と変わらぬ靴選びの現状が浮き彫りになりました。

## Q. 足病変の予防のためにどのようなことを行っていますか？



## Q. 現在、神経障害がありますか？ (n=425)



自由記述では、「どんな症状が出たら神経障害や足病変として相談すればよいのかわからない」、「足のしびれ、痛みを医師に話しても「血糖値を下げればよくなる」と言われるだけで不安」、「専門知識のあるスタッフはどこかの医療機関にいるのか知りたい」、「運動療法として1日平均1万歩歩いているが「歩き過ぎ」と指摘されることが多い。いけないことなのか否か知りたい」、等々大変多くの足の悩みが寄せられました。

### ●コメンテーター●

**鈴木吉彦** (日本医科大学客員教授、HDCアトラスクリニック院長)

私のクリニックは特殊なかもしれませんが、通院している糖尿病患者さん全員に神経伝導速度検査を行っています。糖尿病神経障害は自覚症状が乏しいので管理が難しいですが、神経伝導速度を調べておけば重症度が定量化して評価でき治療や予防を行えるので、足の傷や靴擦れが起りやすい患者さんに予め注意を喚起できます。一般に、脛骨運動神経伝導速度で40m/秒以下になればなんらかの神経障害の症状が表れ、37m/秒以下になれば傷や靴擦れの指導を行います。このように、しっかりした糖尿病神経障害の知識と検査をもって対応するのが正確で適切なフットケアにつながることでしょう。