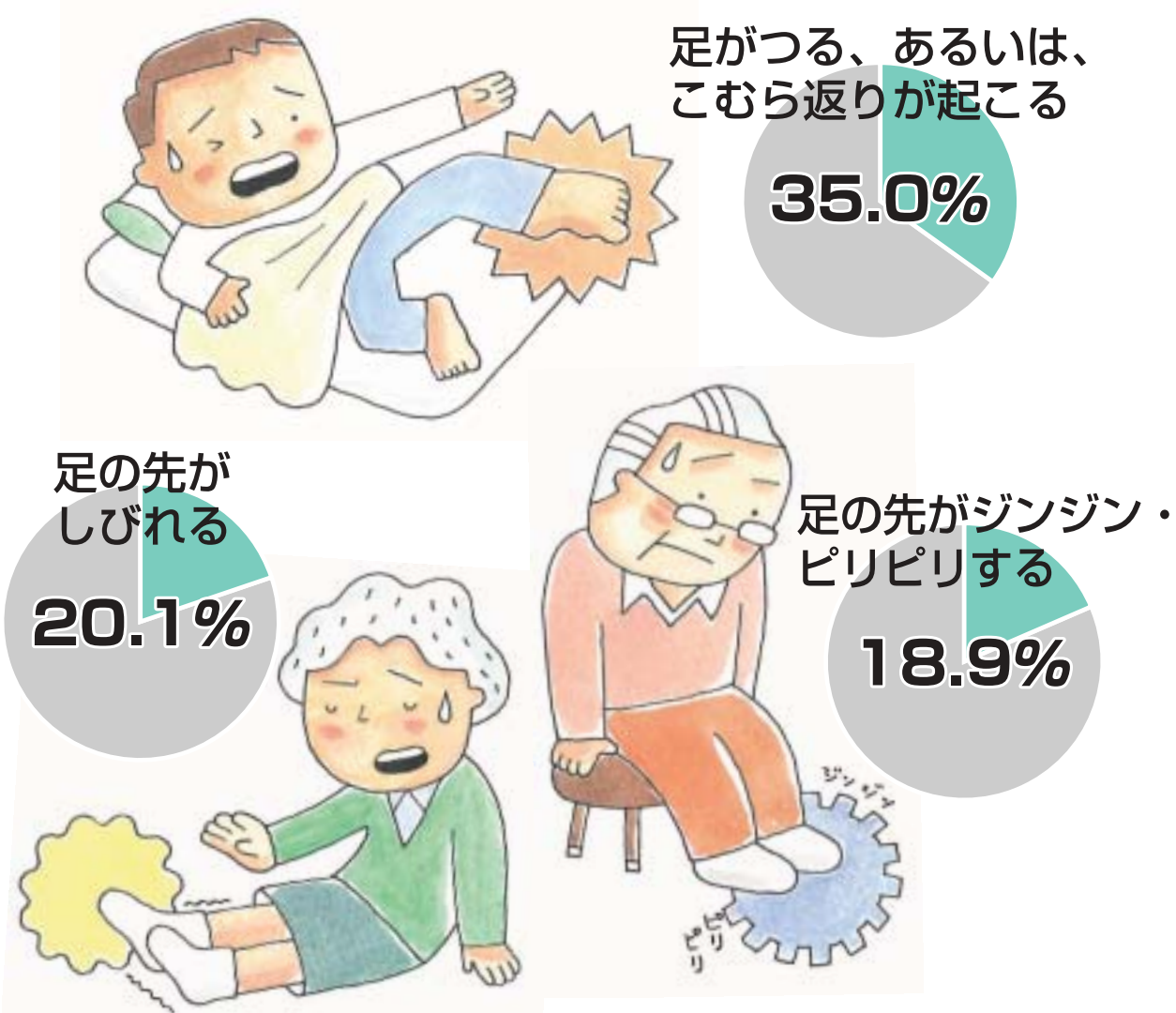


全国約20万人の糖尿病患者さんに足の症状や外観について聞きました

# あなたの足は大丈夫？

糖尿病には3大合併症と言われる神経障害、網膜症、腎症があります。その合併症の中でも早期に現れるのが神経障害です。常に足の症状や外観変化に注意して神経障害のサインを見つけましょう。

## ●足に多くみられる症状



足にみられる症状5項目中、多かった3項目を記載しています。

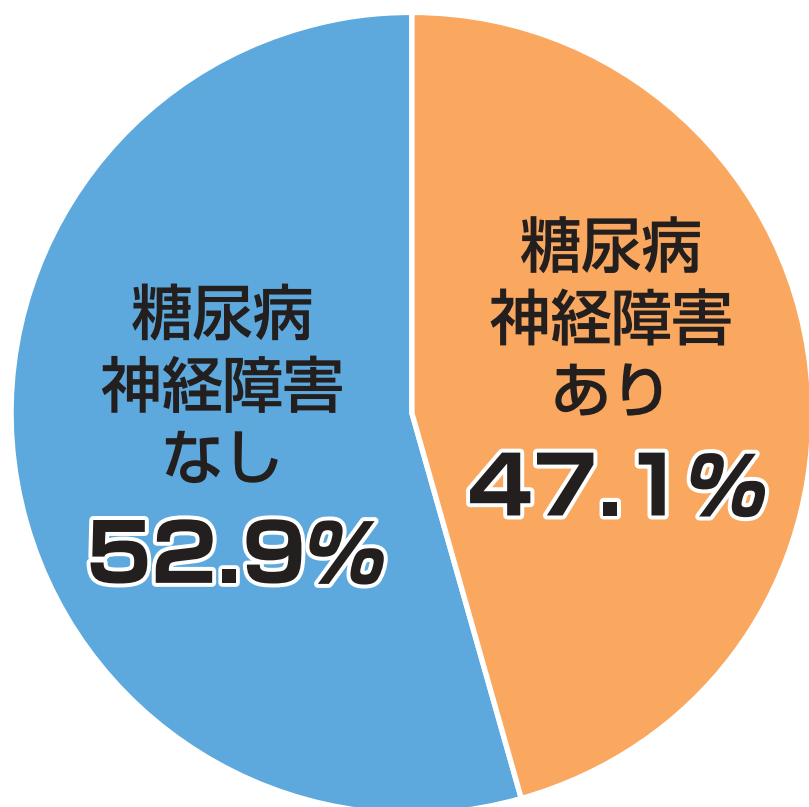
## ●足に多くみられる外観変化



足にみられる外観変化6項目中、多かった3項目を記載しています。

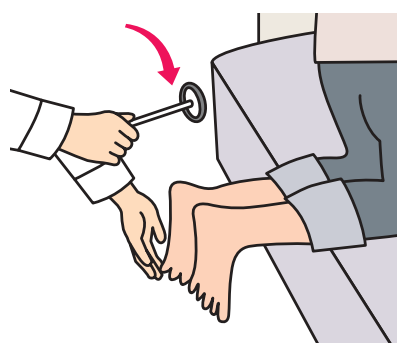
## ●神経障害が疑われる患者さんの割合

糖尿病神経障害は、足の症状や外観変化、またはアキレス腱反射※1や振動覚※2などの検査によって総合的に判断しました。

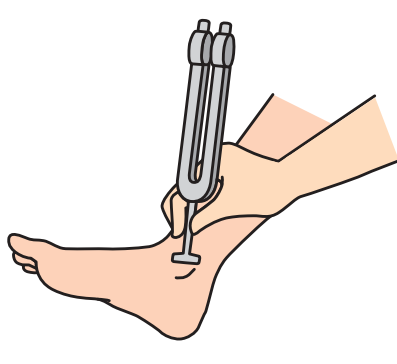


糖尿病患者さんの約47%の方に糖尿病神経障害が疑われました。

### ※1 アキレス腱反射



### ※2 振動覚



## 足 チェックシート

糖尿病患者さん

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)の箇所には○をつけてください。

- 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・ピリピリする。(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。(はい・いいえ)
  - (感覚が鈍い、痛みを感じにくい、ザラザラした感触等)
  - 5. 足がつる、あるいは、こむら返りが起こる。(はい・いいえ)
- 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

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

本調査結果はこの足チェックシートのアンケート集計に基づいて作成しました。