

第28回家族会 テーマ「フットケア」

看護師 古屋由佳

今回、フットケアをテーマに講演者として参加させていただきました。入院患者様と、そのご家族様を対象として、お話をさせていただきました。感じたことをまとめてみました。「ご自分の足を見て欲しい」このことが一番のねがいでした。お風呂に入り、足は最後に洗うところ、洋服を選び、靴下を選ぶのは最後、おしゃれをして出かける際にも靴選びは最後、普段の生活習慣のなかで足に感心を持つ優先順位の高い方はそうそういないのではないかと考えていました。入院患者様においては、痛みや、主な疾患と直接的にかかわることではないと思いき、何らかのトラブルをかかえながらも放置していらっしゃる方が多いと推察されます。私たちの足の健康は毎日の生活習慣に影響されるところが大きく、爪の切り方、足の皮膚や爪トラブル、足に合わない靴をはくこと、足先の少しの傷等により、あしの形が悪くなること、歩行にも影響し、全身の健康状態にも大きく影響することを考えるきっかけになれば良いな、という思いがありました。また、糖尿病を合併症している患者様にとっては、切断と言う選択を迫られる事態になりかねないということをご家族の方にも知っていてほしい情報でした。参加人数は、スタッフの皆様のお声かけのおかげで1階のロビーがほぼ一杯になるくらいとなりました。入院患者様の参加が多かったので、ケアの実際のデモンストレーションや、スライドを用いて視覚から内容をお伝えしたほうがわかりやすかったかもしれない等と反省点が多く準備不足も否めない状況でした。その中でも、「私の爪の切り方は切り過ぎだったみたいです」と小声で訴えていたこと、参加者の足の健康問題に対する考えを聞かせていただけたことは、「ご自分の足を見て欲しい」というねがいにつながる一歩となったものと感じた場面でした。