

# 糖尿病患者さん 足チェックシート

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)の箇所におをつけてください。

## 1 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。  
(感覚が鈍い、痛みを感じにくい、ザラザラした感触等) (はい・いいえ)
5. 足がつる、あるいは、こむら返りが起こる。 (はい・いいえ)

## 2 最近、足の外観に以下のような変化はでていますか？

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

糖尿病患者さんへ

くつ下を脱いで  
 足をよく診てもらいましょう。

失明	年間	3,500人以上
人工透析導入	年間	14,000人以上
足の切断	年間	3,000人以上

糖尿病の合併症を早期に見出す上で足の形態や足の症状をときどきチェックすることは非常に重要です。足の症状として重要なのはこむら返り・足裏の違和感(じゅりを感んだ感じ)・足指先のしびれなどです。

\*備え付けの足チェックシートにご記入し、担当医師または看護職員にお渡し下さい。

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/>