

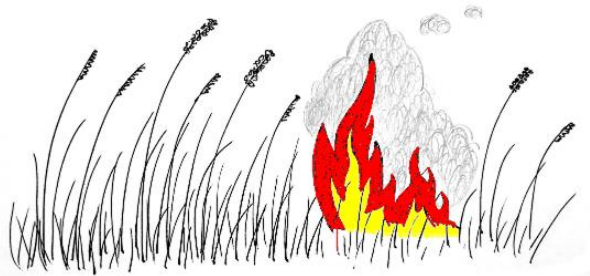
## 足の感染症の症状

**感染**は山火事が乾いた草原を焼き晴らすのと同じくらいの速度であなたの足を破壊することができます。

足の皮膚に潰瘍がある場合次の症状に注意してください。

1. 足の新たな痛みや腫れ。
2. 膿、
3. 悪臭
4. 悪寒、発汗、または発熱。
5. 腹痛
6. 食欲不振

もしも、これらの症状がある場合は、至急、経験豊富な医療センターの医師または緊急治療室に相談してください



## あなたの足の感染症のための アクションプラン

1. 専門医のいる大きな病院に行ってください。注：自宅から一番近い病院ではありません。
2. 足の感染症を治療出来る外科医に診療を依頼しましょう。
3. 足の血液循環の診療を専門医に依頼してください。

これらは、心臓循環、一般 外科医を含みます。心臓専門医又は放射線科医の様な、他の専門医も治療することが出来ます。

もしも、足の血行不良を治療する専門医がいない病院に行くならば、足の切断の危険性が高くなります。

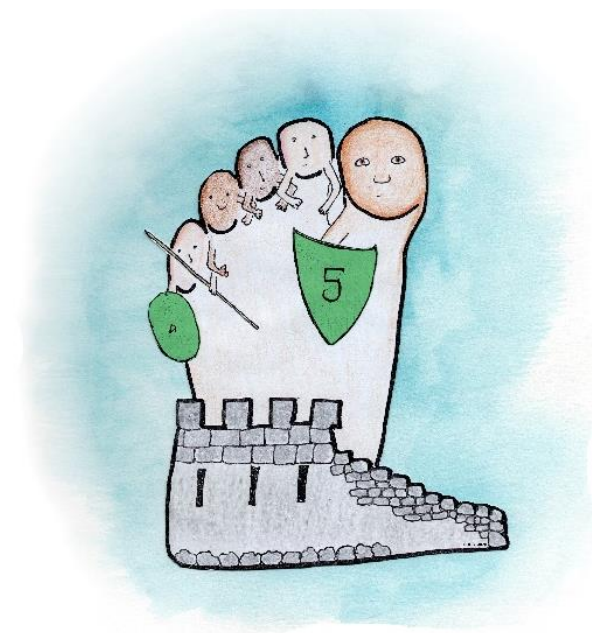
あなたは、あなたの健康に対する最も重要な支持者です。あなたのヘルスケアチームの中で、積極的に関わってください。

この資料は ニール バーシェス 医師により作成されました。この資料は情報提供のみを目的としており、医師やその他の医療専門家のアドバイスや助言に取って代わるものではありません。



糖尿病ですか？

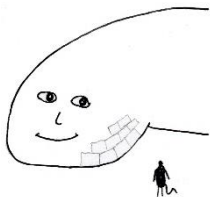
# あなたの足を守り ましょう！



# 足に影響を及ぼす糖尿病

あたの足がなければ、あなたは存在しないでしょう。足を大切にしてください

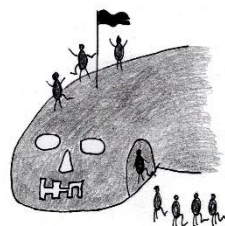
健康な足全体を覆う皮膚は、感染に対する最良の防御です。



糖尿病の人は、足に糖尿病による潰瘍ができる危険性があります。



治療しないと、これらの潰瘍は感染症や足壊疽を引き起こす可能性があります。これらの問題は、足の一部または足全対の切断を引き起こします。



足の切断を回避する最善の方法は、あなたの足の肌を健康に維持することです。

## 私のリスクは何ですか？

### □ 高リスク

- つま先または足の他の部分を切断した場合。
- 末梢動脈疾患（循環不良、または動脈の「硬化」）がある場合。
- 腎不全で透析を受けている場合。

### □ 中リスク

- もし、神経障害 がある場合  
(しびれ、足の裏の感覚がない)

### □ 低/普通リスク

- 上記の危険性がない場合。

## どうすればいいのか？

1. 毎日、足と靴をチェックしましょう。傷、切り傷、ひび割れ、または水ぶくれに注意してください。足の裏側が見えにくい場合は、鏡を使って下さい。靴の内側または外側を見てください。問題が見つかった場合は、医師または他の医療提供者に相談してください。
2. 完全に、そして永遠に禁煙しましょう。タバコは壊滅的な健康問題を引き起こします。 1-855-QUIT-VET、1-800-QUIT-NOW、または [www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov)
3. 決して裸足で歩かないで下さい。家の中でもです。快適に足にフィットする靴と靴下を着用してください。
4. 医師と協力して、血圧、コレステロール、およびブドウ糖の管理を行ってください（ヘモグロビン A1c 数値）。