

地域に根差したフットヘルスプロジェクトによる 高齢者の足トラブル実態調査と多職種連携の構築

菊池 守氏

下北沢病院 病院長



要旨

健康を維持するには歩行を支える基礎である足の健康が必須である。フットヘルスの維持は高齢者のADLを維持することであり、フレイル、寝たきり、認知症対策であるといえる。

今後の超高齢社会においては病院を中心とした医療から、地域完結型への医療へと変化する必要がある。健康の基盤となる足のトラブルを未病の段階で抽出して将来のトラブルを防ぐことで、健康寿命を延伸させることが出来るが、そのためには地域全体での取り組みが必須である。

そのためには地域の訪問事業者が患者の足の問題を適切にアセスメントし、医療介入が必要な患者については受診を勧めるなど、最適な対処ができる医療・福祉情報の提供を行う必要がある。本助成ではまずは「足の番人」セミナーを月1回以上無料で開催しフットケア、フットヘルスに対する地域への啓発をおこなった。参加者が「足の番人」セミナーを通してステップアップするシステムを構築しモチベーションの上昇を図った。

また「せたがやフットヘルスプロジェクト委員会」を立ち上げ世田谷区の介護・訪問診療事業者、セラピストと連携し、介護対象者のフットヘルスの実態調査を行った。対象は①協働する施設の職員ならびに②利用者である。質問票を作成し、①には職員の職種など基礎情報に加え、受け持つ利用者の持つ足部や足爪の課題の発生状況やフットケアの実施状況、施設内での講習の実施状況について、②には利用者の家族構成や既往歴を含む基礎情報に加え、足部や足爪の課題の発生状況やフットケアの実施頻度について調査を行った。

1.「足の番人セミナー」によるフットケアの必要性の啓発と医療的安全性の担保

足にトラブルを持つリスクの高い患者が安心してフットケアを受けるためにも、現場で『医療的安全性』を担保することは極めて重要である。当院が中心となって2017年8月-2018年4月合計12回の「足の番人セミナー」を開始した。（参加費は無料）

日程	コース	内 容	担 当	参加人数
8/29 (火)	ベーシック	「危ない足ってどんな足？」「フットケアの基本」	形成外科医師、看護師	39
9/21 (木)	ベーシック		形成外科医師、看護師	36
10/13 (金)	ベーシック		形成外科医師、看護師	18
10/14 (土)	ベーシック		形成外科医師、看護師	41
11/21 (火)	①フットケア	スベシャリストによるフットケア実践	看護師、セラピスト	31
12/5 (火)	ベーシック		形成外科医師、看護師	31
1/20 (土)	②骨・関節・運動機能	足の構造・機能から、骨・関節系疾患による足トラブルについて学ぶ	整形外科医師、PT	37
2/17 (土)	ベーシック		形成外科医師、看護師	36
2/17 (土)	シンポジウム	在宅とフットヘルスに関するシンポジウム	特別講師	46
3/7 (火)	ベーシック	高血糖足部向け	形成外科医師、看護師	12
3/8 (水)	①フットケア	スベシャリストによるフットケア実践	看護師、セラピスト	37
4/19 (木)	②むくみ・リンパ浮腫	むくみの鑑別と圧迫実践	形成外科医師、看護師	44

ベーシックコースでは「危ない足（虚血、感染、神経障害）を見分け、問題点をアセスメントすること」と「フット

ケアの基礎知識」の講義を行い、最後にテストをすることで、ブロンズバッジを渡すとともに「足の番人」として認定した。



アドバンスコースではさらに足に関する知識を深めたい人向けのセミナーの複数講座の受講でシルバーバッジと認定。さらにこれまでのコースで身につけた内容を自身の職場や地域に向けて発信して地域のフットケアに関する啓発を行う方、また講師としてご自身のスキルと知識を提供していただいた方はゴールドバッジとした。

「足の番人」セミナーでは医療者、セラピスト、そのほ

かの職種の方たちが足についての様々な知識を得られ、また段階的にステップアップしていくことで楽しみながら「足を守る」ための知識を身につけることが出来るようにしている。現在215名に達している「足の番人」であるが、すでに複数のアドバンスコースに参加しシルバーバッジを持つものも22名生まれている。今後受講者が増えていくことにより地域全体でフットケアが安全に行われ、同時に足の健康に関する認識が向上していくことを期待している。

2.世田谷区の介護事業者職員向けのフットヘルス実態調査

(1)調査対象者

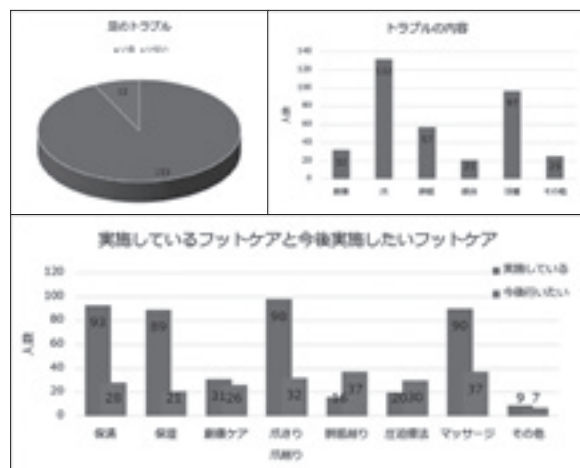
世田谷区の2つの訪問看護・訪問リハビリテーション事業者と1つの地域包括支援センター、2つの介護サービス付き老人ホームの職員165名を対象とした。

(2)調査期間 平成29年9、10月

(3) 調査方法

本アンケートを各事業所に配布し、職員の職種など基礎情報に加え、受け持つ利用者の持つ足部や足爪の課題の発生状況やフットケアの実施状況、施設内での講習の実施状況について調査を行った。

(4) 結果



3.世田谷区の介護対象者に対するフットヘルス実態調査

(1) 調査対象者

世田谷区の2つの訪問看護・訪問リハビリテーション事業者とデイサービスの利用者。全体で676名(81.7±10.2歳、30～102歳)。

(2)調査期間 平成30年2、3月

(3) 調査方法

各事業所にQRコードとURLを配布し、介護者や対利用者家族がPCやスマートフォンを用い回答を行う方法、紙面アンケートに記載する方法の2つの形態で実施した。アンケートでは、利用者の家族構成や既往歴を含む基礎情報に加え、足部や足爪の課題の発生状況やフットケアの実施頻度について調査を行った。

(4)結果

表1のような足部に
関するトラブルの発生
状況が把握された。
20%を超えるトラブル
としては足のむくみ
(35.1%)、足趾の変形
(21.6%)、足の冷え
(34.6%)、巻き爪・陥
入爪(32.1%)、肥厚爪
(34.6%)、皮膚の乾燥
(36.5%)などが挙げら
れた。

	人数	【人】
足の痺れ	127	(18.8%)
足の腫れ・むくみ	237	(35.1%)
足指の変形	146	(21.6%)
足指の色が悪い	81	(12%)
足の冷え	234	(34.6%)
足のトラブルなし	188	(27.8%)
巻き爪・陥入爪	217	(32.1%)
肥厚爪	234	(34.6%)
爪の伸びすぎ	50	(7.4%)
爪の脱落	60	(8.9%)
爪の白濁	111	(16.4%)
足爪のトラブルなし	270	(39.9%)
皮膚の水疱	14	(2.1%)
胼胝・鶏眼	103	(15.2%)
皮膚の乾燥	247	(36.5%)
踵などひび割れ	34	(5%)
足部の皮膚のトラブルなし	351	(51.9%)

また要介護度が上がるにつれ、足趾の色調不良、巻き爪陥入爪、爪の脱落、爪の白濁、皮膚の乾燥などの有病率が上昇することがわかった。

また、全体の57.4%、特に要介護1までの39.6%、要介護2-3の60.4%、要介護4-5の91.3%が自身の足の裏を観察することが出来ず、本人以外のフットケア介入が必要であることが示唆された。

4.まとめ

本助成により得られた成果は

- ①世田谷区におけるフットヘルスの現状の明確化
- ②アンケート調査を通じてのフットケア対象者の抽出と早期介入
- ③「足の番人セミナー」による地域におけるフットケアの啓蒙とレベルアップ

である。上記を生かすことで地域フットヘルスに対して有効に介入し、高齢者の歩行という最も基本的な運動を阻害する足のトラブルを減少させ、足トラブルへの介入による転倒予防・要介護度の改善ひいては医療費の抑制につながる事が期待できると考える。

また本助成で行ってきた「足の番人セミナー」は今後
も月1回継続していく予定である。