



豆共だより

2026 夏号 No.33

末梢動脈疾患 PAD について

PADとは、動脈硬化により血管が狭くなり、血流障害が起きる病気です

透析患者は、**リン**や**カルシウム**の代謝異常によって**血管が石灰化**しやすく、**動脈が非常に硬く詰まりやすい状態**になります。さらに、**高血圧**、**糖尿病**、**高脂血症**、**透析歴の長さ**、**栄養不良**などの危険因子が重なることで、心臓から遠い足の先などの**細い血管に血流障害**が起こりやすくなります。

初めのうちは、痺れや冷たさを感じる程度ですが、悪化すると潰瘍や壊死することもあり、放置してしまうと最悪足を切断しなければならない状態になります。

維持透析患者の**約4割**はPADを有するが
半数以上は無症状とされています

定期検査予定

8月3日(月)8月4日(火) 8月24日(月) 8月25日(火)

9月7日(月) 9月8日(火)

10月5日(月) 10月6日(火) 10月19日(月) 10月20日(火)

11月9日(月) 11月10日(火)

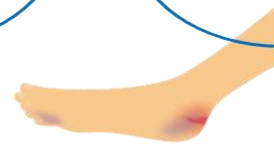
ちょっとした傷や軽い痛みでは放置されがちな足ですが、次の様な症状がある場合は要注意です



10分程度の
歩行で
ふくらはぎが
痛くなって
歩けない



足の冷えが
ひどくて
痛いほど



指や踵に
できた傷が
治らない

PADを防ぐために 自分の足は自分で守りましょう



◎毎日足の観察をしましょう

- ・痺れや痛みはないですか？
- ・皮膚の色や温度に変化はないですか？
- ・切り傷、ひっかき傷、火傷はないですか？
- ・皮膚が赤や紫、黒色に変色していませんか？
- ・乾燥、ひび割れはないですか？
- ・水虫、胼胝、鶏眼などはないですか？

◎足を清潔にしましょう

◎高血圧、糖尿病、高脂血症を予防または治療しましょう

◎カルシウム、リンの値をコントロールしましょう

◎足の血行を良くしましょう

- ・ウォーキングなど適度な運動をする
- ・靴下を履いて怪我の予防と保温をする



◎足に合った靴や靴下を履く

◎爪は伸ばしすぎない、短く切りすぎないようにしましょう

★気になる症状があればご相談下さい★