－連載－

広報 つるおかの 医療相談

医師・看護師が疑問を解決！



vol.16「腕や脚のむくみ」と「爪切りケア」

この連載では、医療の身近な疑問に、荘内病院の様々な診療科の医師・看護師がお答えします。今回は、「腕や脚のむくみ」と「爪切りケア」がテーマです。

今年は、昨年よりも１か月以上早くインフルエンザの流行期に入り、多くの小・中学校で学級・学年閉鎖を行っています。感染症予防のため、荘内病院内のマスク着用にご協力をお願いします。

SNSはこちら

○問合せ　荘内病院総務課☎26 - 5111

リンパ浮腫外来

がんの治療後、手足のむくみに悩んでいます

3年前に婦人科腫瘍で手術を受けてから、右足がむくむようになりつらいです。解消する方法はありますか。

がんやそれに伴う手術や放射線治療によって、リンパ液の流れが滞り、腕や脚などにむくみが生じてつらい場合は、当院の「リンパ浮腫外来」にご相談ください。

詳しくは、「広報つるおか令和7年9月号」で紹介しています。

セラピストが2人に！

リンパ浮腫外来では、手で行う医療的マッサージ「医療リンパドレナージ」のセラピスト資格を持つ看護師が施術を行います。当院では今年、より多くの患者さんのニーズに応えるため、セラピストを2人に増やしました。

医療リンパドレナージは、患者さんの状況に合わせて1回30分ほど行います。また、最終的に患者さんがご自身でケアできるよう、毎回セラピストが適切なセルフケアを指導します。自身でのケアが身に付くことで、通院しなくても症状を和らげたり、悪化を防いだりすることが可能になります。

高齢者に多い脚のむくみ

最近は、脚にむくみが生じる下肢浮腫の高齢者が増えています。あまり歩かなくなることでポンプ作用が低下してしまうことや、加齢によるリンパ管機能の低下が原因で、「廃用性浮腫」とも言われています。

当院のリンパ浮腫外来（完全予約制・第2木曜日午後）☎26 - 5155は、診察後に医師の治療計画の下でセラピストによる圧迫療法、スキンケア、リンパドレナージなどの複合的理学療法を行います。腕、脚のむくみでお悩みの方は、気軽にご相談ください。



医療リンパドレナージセラピスト
蛸井宏美

形成外科

母の爪を切ってあげたい

母の足の爪が厚くなり、1人で切れないようです。切ってあげたいのですが、硬くてうまく切れずに困っています。

「爪が厚くて硬い」「足先まで手が届かない」など、日々の爪切りで悩んでいる方は、実はたくさんいます。足の爪は、歩くときに体重を支え、身体のバランスを保つ大切な役割があります。不調を放置すると、痛みや歩きにくさが生じ、転倒のリスクや日常生活の制限につながる場合もあります。

プロによる爪切りケア

当院では、加齢や身体の状態により爪切りが難しい方のために、看護師が丁寧に手当てします。通常の爪切りだけでなく、市販の爪切りでは切ることができない「厚く硬くなった爪」や「変形した爪」も専用器具を用いてしっかり対応します。また、巻き爪に関しても専用器具「巻き爪マイスター」を用いた、痛みの少ない矯正治療を行っています。巻き込んだ爪を徐々に矯正し、痛みの軽減と形の改善を目指します。

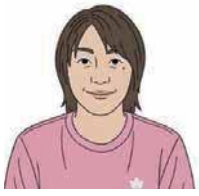
巻き爪治療は、「広報つるおか令和8年3月号」で詳しく紹介していますのでご覧ください。

庄内地域で唯一の巻き爪治療

当院の形成外科下肢創傷外来では、皆さんがいつまでもご自身の足で元気に歩き続けられるよう、専門的なサポートを行っています。「爪のことで相談してもいいのかな」と1人で悩まず、健やかな足元づくりの第一歩として、気軽にご相談ください。

※本外来の治療・ケアは自由診療（全額自己負担）となります。

※費用や受診方法等は、同院形成外科下肢創傷外来（完全予約制・第2・第4金曜日午後）☎26 - 5111にお問い合わせください。



皮膚・排泄ケア
特定認定看護師
梅本 貴子

令和8年12月号　No.345

VEGETABLE OIL INK
環境に配慮し植物油インキを使用しています