

## 貼り方の良い例・悪い例

良い例



周囲が  
しっかりと  
固定されている

指先を覆わずに  
固定している

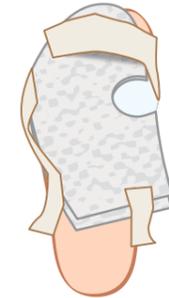


悪い例

引っ張って貼る  
巻きつける



テープで  
固定できていない  
部分がある



## こんな時はすぐ連絡



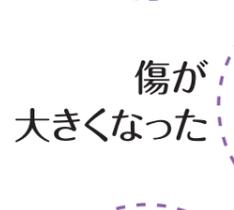
赤く  
はれる



熱い



汁が多い  
くさい



傷が  
大きくなった



足が  
冷たい



指が黒い



ただれた



傷が  
増えた



皮が  
むけた

## 自分でフェルトを作成できる方へ

フェルトが薄くなっていませんか？

新しいフェルトへの交換目安は \_\_\_\_ 日です。

効果が弱くなる前に早めの交換を心がけましょう。

正しく使って足を守ろう

# フェルトの使い方

監修：日本フットケア・足病医学会

## はじめに

あなたの足は、“歩くこと”で傷ができました。なぜなら…  
痛みの感じ方、血の流れ、足の形に問題があるためです。  
フェルトは、できてしまった傷を守りながら生活できる  
ようにするものです。

正しく使って、傷を治しましょう！

この内容が自分でできる、または誰かにしてもらえる場合

➡ しっかり続けて行いましょう！

この内容が難しい、または頼れる人がいない場合

➡ 無理をせず、主治医と相談しながら  
通院の頻度などを調整しましょう

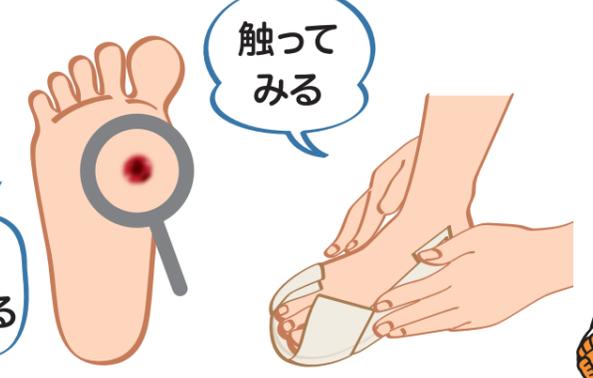
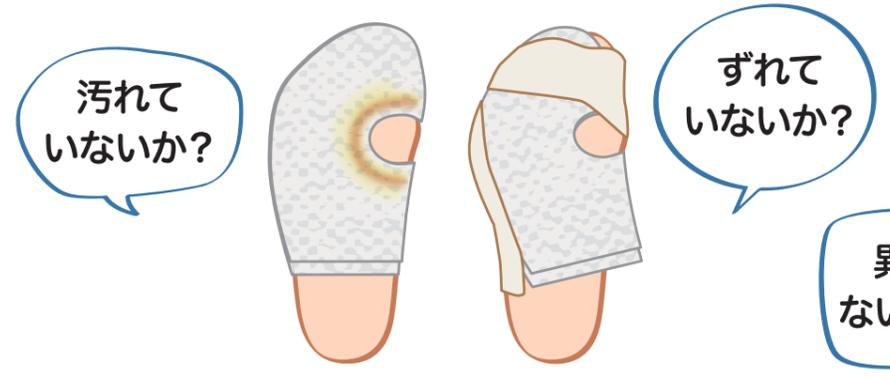
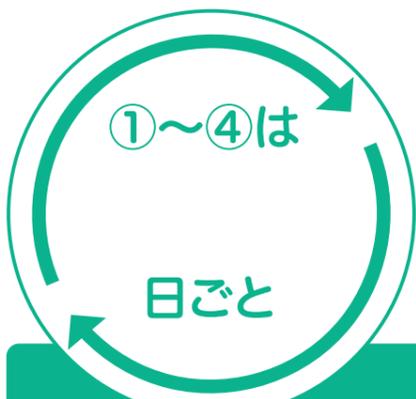


# 毎日すること

## フェルトをみる

## 足をみる

## 履物をみる



### ① フェルトをはがす

1 テープをはがす



2 フェルトをはがす



3 傷の保護材をはがす



皮がむけるおそれがあるので、ゆっくりはがしましょう。  
はがしにくい時は、剥離剤を使うとはがしやすくなります。

### ② 足を洗う

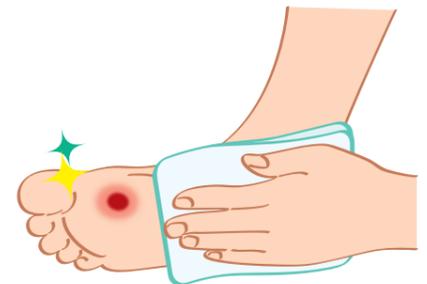
1 手でやさしく洗う



2 流水でながす



3 タオルなどでふき取る



### ③ 傷を処置する

1 傷を観察する

傷が増えたり大きくなっていないか?



2 軟膏を塗る

(病院から指示がある場合のみ)



3 傷を保護する

(病院から指示された材料を使ってください)



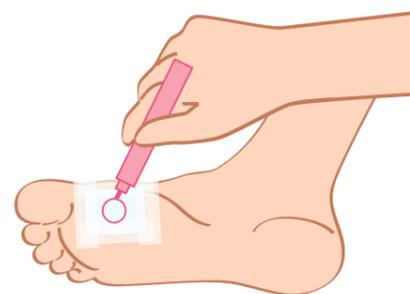
観察は、足のはれや皮膚の状態も確認しましょう。



異常を見つけたら、病院に連絡しましょう。

### ④ フェルトを貼り直す

1 傷の位置に印をつける



2 印に合わせて貼る



3 周囲をテープで留める

