

褥瘡が出来ていても気づかずに悪化させてしまった経験はありませんか？

右の写真は家庭でもよく見られる皮膚症状ですが、実は既に褥瘡が発生しています。



さて、褥瘡が出来た時にはどのように対処するべきでしょうか？

今回のメディナス通信では、褥瘡を悪化させないために、とても大切な初期アプローチをご紹介します。

## 褥瘡のチェック

発赤部を除圧し  
30分後も消失していないものは褥瘡です。

もし

持続する発赤が出来てしまったら...

➡ **発赤部の除圧を行う。**  
枕やタオルを利用して幹部の圧迫を軽減する。

➡ **透明な医療用フィルムテープで保護を行う。**

➡ **発赤部周辺のマッサージを行う。**

➡ **早期に医師に診察してもらい処方、処置方法についての指示を仰ぐ。**

## 発赤を作らないために

☑ 保湿を行い乾燥を防ぐ。

☑ 清潔の保持



☑ 締め付けの強い衣服から、ゆとりのあるものへ変更する。  
(靴下もゆとりある物)

☑ 体位交換やベットから移動の際にシーツのしわをしっかり伸ばす。



円座は使ってはいけないのか?との声を耳にします。円座は接触している圧迫部位に血流障害が生じて、更に循環状態を悪化させてしまいます。現在ではエビデンスにのっとり、円座の使用は好ましくないとされています。

➡ **ADL状況に合ったマットレスの選択を適切に行う。**

### 動ける方

エアマットではフカフカしすぎて起き上がりが困難に。

### 動けない方

体圧分散マットでは褥瘡ができやすい。



知識としては知っていても環境的な問題でうまく対応できないといった声もよく聞かれます。発赤を作らない為にしておきたいことは簡単なように見えて中々難しいことです。ただ、ご紹介した内容を行っていただければ褥瘡発症率は軽減させられるはずですよ。