

れんけい君

発行元：地域医療連携室



褥瘡（床ずれ）のお話

看護部 皮膚・排泄ケア認定看護師

深川 暁

国家公務員共済組合連合会
舞鶴共済病院
〒625-8585
京都府舞鶴市字浜 1035 番地
TEL 0773-62-2510 《代表》

褥瘡とは？ 褥瘡はなぜできるの？

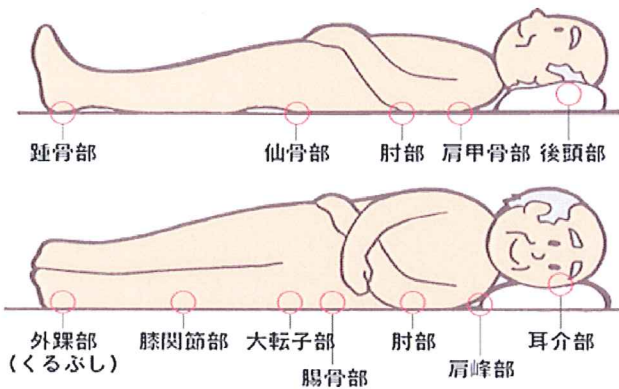
褥瘡は一般的には床ずれといわれる傷のことです。皮膚に、長時間の圧迫とズレが加わることで発生する慢性創傷の一つで、すり傷などとは違った傷になります。

圧迫とズレが加わりやすい部位は、骨が突出している皮膚（図1）です。通常は皮下脂肪がクッションの役割を果たし、身体に加わる圧力を分散させてくれますが、やせている方や関節拘縮がある方は骨の突出が強くなり、局所的な圧迫を受けやすくなっています。さらに寝たきり状態（自分で寝返りをうつことができない状態）であれば、局所に加わった圧力を自分で取り除くことができません。

褥瘡が発生した方が、やせていて寝たきり状態にある方に多いのは、これらの理由によるものです。

また、栄養状態が不良であったり浮腫（むくみ）があったり、オムツをしていて常に皮膚が蒸れている状況にある場合も褥瘡が発生しやすくなりますので、注意が必要です。

図1. 褥瘡が発生しやすい部位



褥瘡は予防すること（発生させない）が大事です。

褥瘡が発生すると、傷があることにより日常生活に支障が出たり痛みがあったり、毎日の処置に時間を要したり、治療費や材料費がかかるなどの影響が出てきます。

予防で最も重要なことは除圧です。同一体位を長時間とらないように気を付けましょう。そのために必要なことは、体圧分散マットレスと呼ばれる褥瘡予防マットレスを使用すること、体位変換を行うことです。体圧分散マットレスを使用している場合は、日中は4時間を超えない範囲で体位変換を行ってください。夜間は時間にこだわる必要はありません。オムツ交換等が必要な場合に行ってください。

体圧分散マットレスは介護保険を利用することで、介護用品取扱店からレンタルすることができます。担当のケアマネージャーに相談してください。

褥瘡が発生している場合は何に注意するの？

すでに褥瘡が発生している場合は、指示された処置を行う必要があります。軟膏であれば、ただ上塗りをするのではなく、よく洗浄して拭き取ってから軟膏を付けましょう。洗浄は人肌程度に温めた水道水で傷をやさしく洗いましょう。消毒薬は特別に指示された場合を除いては使用する必要はありません。傷に付着した菌を洗い流すことが重要です。ガーゼやガーゼをとめるテープはドラッグストアで購入することができます。テープは強く引っ張らずに貼りテープをはがす際もやさしくはがしましょう。

疑問等があれば、かかりつけの医師や看護師に相談しましょう。

『かかりつけ医』をもちましょう！

紹介状があれば以下のようなメリットがあります

- 初診にかかる**特定療養費（2,100円）**が不要です。
- 病気の経過や服用中のお薬が判るので治療や診断に役立ち、検査やお薬の重複が防げます。
- 事前に受診予約ができます。

一般内科・血液免疫内科・消化器内科および歯科口腔外科の初診は、他院からの紹介状が必要となります。その他の診療科については、紹介状がなくても診察いたします。

ただし、かかりつけ医がある場合は可能なかぎり紹介状をお持ち下さい。

※平成24年10月1日より病院情報システムの変更に伴い、再診予約患者さんにつきましても再診日に再来受付機より受付をして頂くようになりましたのでご注意ください。