

じょくそう（床ずれ）

予防には早めの対策が大切です！



じょくそう(床ずれ)とは？

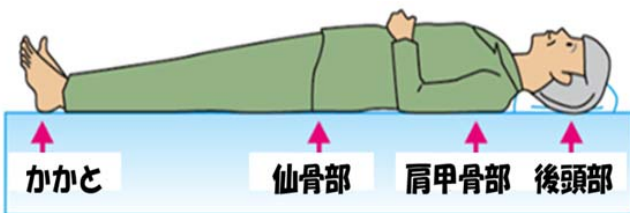
長い時間同じ姿勢で寝ていたり、座っていたりして、下になった部分の皮膚が圧迫されて血の流れが悪くなり、栄養が不足して皮膚が破れてしまう状態をいいます。形や大きさ、深さは状態によってさまざまです。

長時間の圧迫や皮膚のズレだけではなく、皮膚が清潔に保たれていない状態や、栄養状態が悪いことも原因になります。

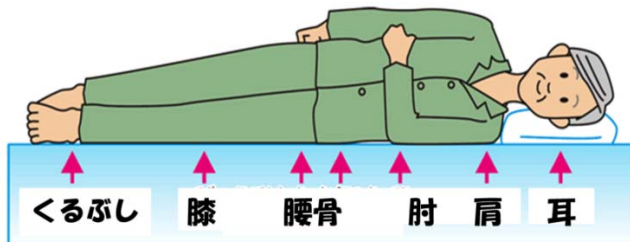
じょくそうが出来やすいところは？

骨が出ていて、ベッドや車いすで圧迫されている箇所です。

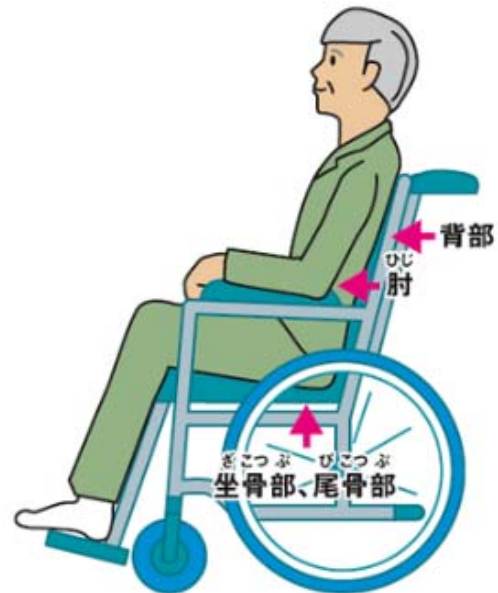
あお向けの場合



横向きの場合

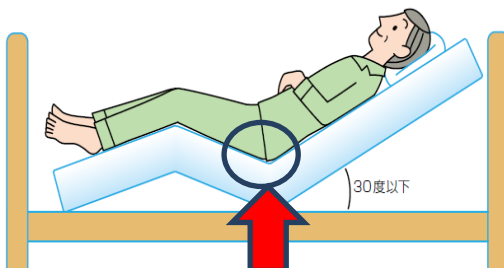


車いすの場合



じょくそうを予防するには？

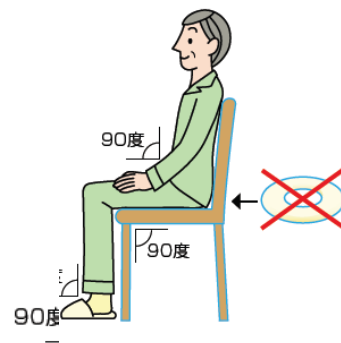
ベッドで過ごす場合



おしりの位置も合わせましょう

背上げを行う場合、30度以下にしましょう。背上げを行った後、寝巻きやシーツのしわが皮膚を圧迫することがあるので、しわを伸ばしておきます。

座って過ごす場合



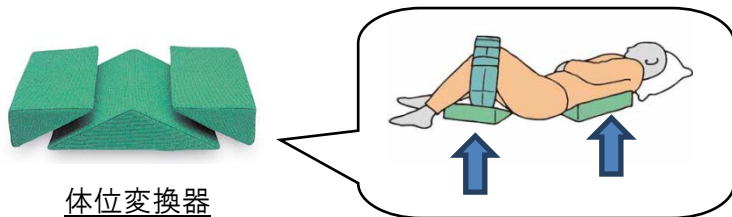
股関節、ひざ関節、足関節がそれぞれ90度になるように座りましょう。

円座は、血の流れを悪くするので使用は避けます。

****体位転換をしましょう****

日中は、気づいた時に体位変換を行いましょう。

夜間は、無理をせず体位変換器やマットレスなどを使用する方法もあります。



体位変換器

(¥5000~)

使用法を間違えると、傷口の悪化の原因になります。体位変換器のかわりに、家庭にあるもので代用する方法もあるので、医療機関に相談して適切な指導を受けましょう。

＊＊じょくそうの状態に適した寝具を使いましょう＊＊

体の一部分に集中して加わる圧力を分散させて小さくします。



上敷き型マットレス

(¥30000~)

エア、ウレタン
など、様々な種類
の交換型など、様々
状態に合わせて
使用しましょう。



かかとあて

(¥4000~)



ひじあて

これらの用具は、薬局や病院でも注文することが出来るので、相談してください。

＊＊皮膚を清潔に保ちましょう＊＊

[皮膚を正しく洗いましょう]

- 弱酸性の洗浄剤を使用して、赤い所はこすらずにやさしく洗う。
- 水分をよくふき取り、皮膚がふやけるのを予防する。

[皮膚を乾燥や蒸れから守りましょう]

- 汗をかかないように、衣類の調整をする。
- 皮膚が乾燥している場合には、保湿剤をぬる。

[排尿・排便のケアをしましょう]

- おむつを何枚も重ねると、蒸れや圧迫の原因になります。
- 失禁の回数が多い場合は、おむつや尿とりパットを使用する方法もあります。



＊＊適切な栄養管理をしましょう＊＊

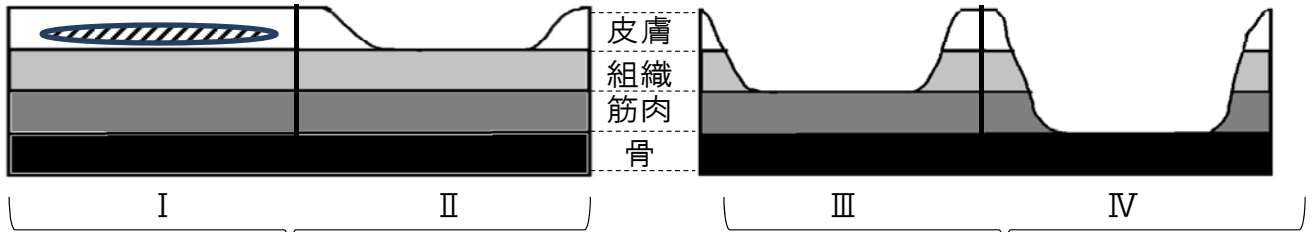
適切な栄養管理は、じょくそうの予防だけではなく、出来てしまった傷の治りを早めます。

患者さまの病気によりそれぞれ異なりますので、主治医などに栄養の摂取の目安を確認しましょう。

使用される薬剤は？

⇒じょくそうの状態によって異なります！

- 深さによる分類●



浅いじよくそう
皮膚の赤み、内出血、水ぶくれが出来る。

深いじよくそう
皮下組織や骨にまで傷が広がることもある。

●色による分類●

傷の状態	色による分類					
	悪	黒色期	黄色期	赤色期	白色期	良
カサカサ	死んだ皮膚が黒く乾燥した状態	黒色組織が取り除かれ深部の死んだ組織が見えている状態	赤色の組織が成長しようとする時期	傷口周辺から皮膚の形成が始まる時期		
↑ ↓				アズノール軟膏		
		プロメライン軟膏		フィブラストスプレー		
			オルセノン軟膏			
		ゲーベンクリーム				
				アクトシン軟膏		
	じゅくじゅく	カデックス軟膏				

薬剤について

薬剤	作用	特徴
アズノール軟膏	傷を保護して、炎症を抑える働きがあります。	・比較的、軽い症状の時に使用します。
アクトシン軟膏	血の流れを良くして、皮膚を作る働きがあります。	・皮膚が乾燥しすぎないように注意しましょう。 ・10℃以下で保存してください。
オルセノン軟膏	傷の治りを良くする働きがあります。	・じゅくじゅくした傷や、感染している傷には向いていません。
ゲーベンクリーム	抗菌作用があります。	・主に、過度にじゅくじゅくした傷には向いていません。 ・黒く硬い皮膚におおわれた、深いところの感染には効果はありません。
プロメライン軟膏	死んだ組織を除去する働きがあります。	・傷口のまわりの健康な皮膚には触れないようにしましょう。 ・塗った時に皮膚に痛みを伴う場合があります。
フィブラストスプレー	新しく皮膚や血管を作り、傷の治りを良くする働きがあります。	・10℃以下で保存、2週間以内に使用しましょう。
カデックス軟膏	殺菌作用があります。	・じゅくじゅくした傷や、感染している傷に使用します。 ・傷の表面が乾燥しすぎないように注意しましょう。

傷口の状態によって、使用方法が異なりますので医師の判断に従い使用しましょう。