

じょくそう 褥瘡について知っていますか？

1：褥瘡とは

褥瘡とは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなることで、皮膚の一部が赤い色味をおびたり、ただれたり、傷ができてしまうことです。一般的に「床ずれ」とも言われており、長期間寝たきりの人や栄養状態が悪い人、免疫力が低下している人などにできやすいとされています。また、特に褥瘡になりやすい疾患として、うっ血性心不全、骨盤骨折、脊髄損傷、糖尿病、脳血管疾患、慢性閉塞性疾患などがあります。

褥瘡の発生には図 1 のように様々な要因が関与するため、発生要因を特定し予防・治療を行うことが重要です。

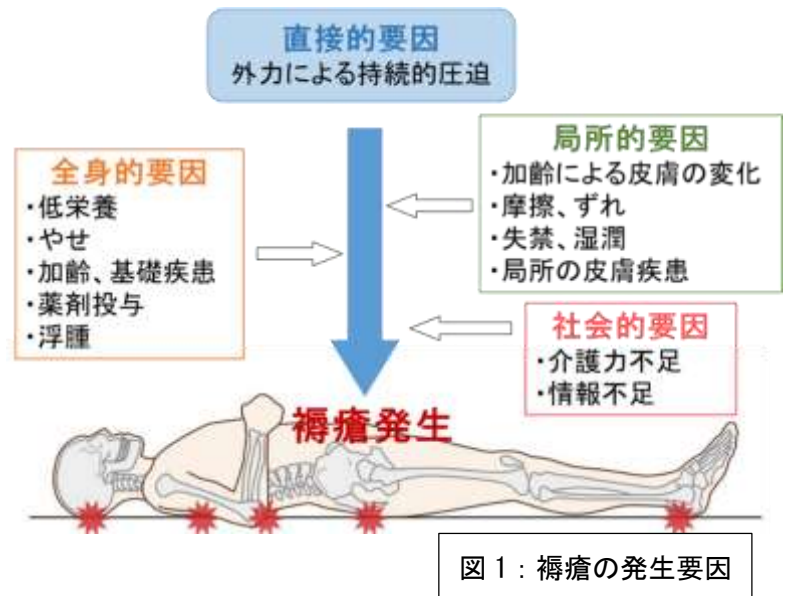


図 1：褥瘡の発生要因

2：褥瘡の予防

褥瘡ケアの基本は「予防」です。褥瘡の発生リスクは個人で異なるため、適切に評価し、対策を行う必要があります。

①圧迫・ずれの排除

体重によって長時間同じところに圧力がかかることを防ぐ体圧分散ケアを行います。体圧分散ケアには、定期的な体位交換や、体圧分散用具の使用などがあります。

②スキンケア

患部を清潔にし、保湿剤を塗ることで皮膚の乾燥を防ぎます。バリア機能(水分が失われることを防ぎ、外部の刺激から肌を守る働き)を維持して褥瘡の発生や感染を防ぎます。保湿剤は、市販のクリームでも使用できますが、選択する際に迷った時は薬剤師にご相談ください。

③栄養管理

低栄養によっても、筋肉や脂肪が減少して骨が飛び出した部分に褥瘡ができやすくなります。特にたんぱく質は傷んだ組織の修復に必要な栄養素となるため、十分な量を摂ることが大切です。個人の健康状態の考慮も必要となりますが、たんぱく質の摂取量の目安は一般的に1日あたり 1.2～1.5g/kg です。食事だけの摂取が難しい場合は、栄養補助食品を活用することもできます。

④リハビリテーション

長期間体を動かさないことで関節の可動域が減少する「関節拘縮」の予防のために行います。

3：褥瘡の治療

治療方法には、外用薬(塗り薬)、ドレッシング剤(傷を覆う医療用材料)、消毒・洗浄、手術などがありますが、今回は外用薬について紹介します。

褥瘡は傷口の水分量を適切に調節することで治りやすくなるため、傷の表面からにじみ出てくる滲出液をコントロールすることがポイントとなります。外用薬は有効成分とベースとなる基剤で構成されていますが、褥瘡の状態を把握した上で、成分だけでなく滲出液の量に適した基剤のものを選択します。

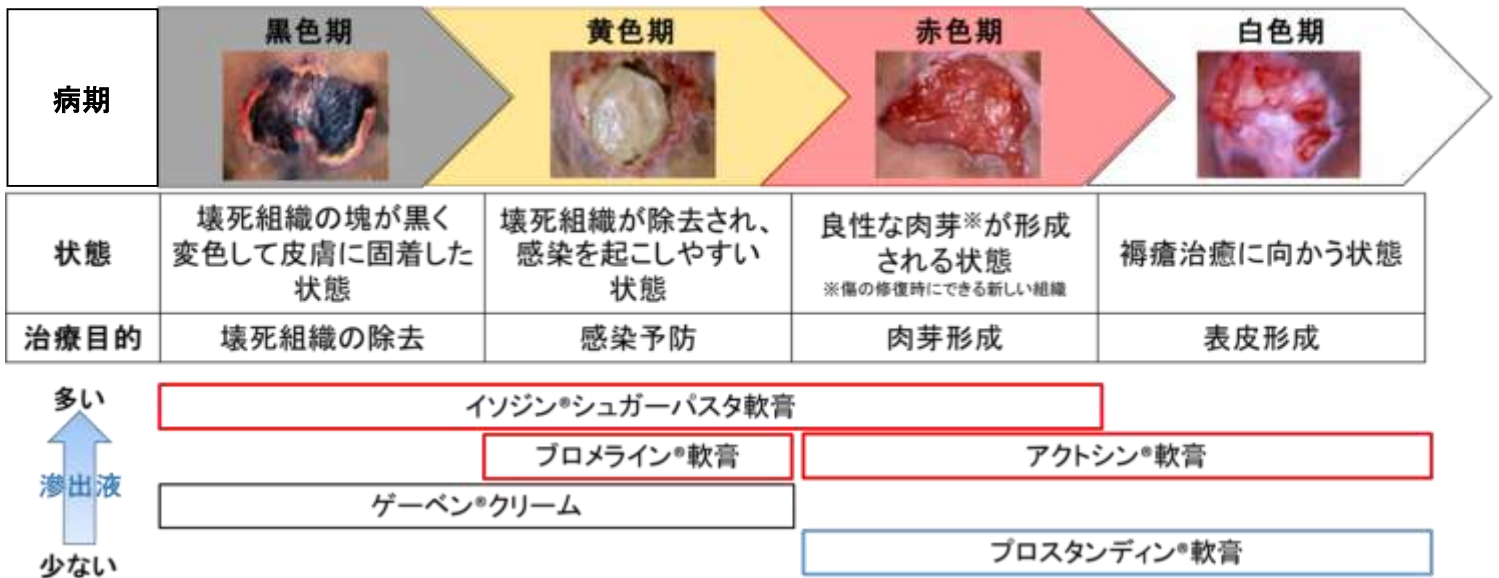


表1：褥瘡に使用する外用薬の使い分け

〈基剤の特性による分類〉

基剤は使用目的や性質によって大きく2つに分類されます。

水溶性基剤 滲出液などの分泌物除去作用がある → 滲出液の多い褥瘡に使用

油脂性基剤 油分で湿潤を保持し、患部を保護する → 滲出液の少ない褥瘡に使用

4：最後に

当院では、褥瘡の発生予防・早期治癒を目指して褥瘡対策チームが活動しています。チームは医師、看護師、薬剤師、栄養士、理学療法士などの多職種から構成されています。定期的に褥瘡回診やカンファレンス、勉強会等を行い、褥瘡ケアの質の向上に努めています。

褥瘡に関して気になることがありましたら、医療スタッフにご相談下さい。



参考資料 薬がみえる② p423-426 (メディックメディア)、日本褥瘡委員会 HP、マルホ株式会社 HP
床ずれ予防パンフレット(日本褥瘡学会 在宅医療委員会)

文責 小森千優