



すこやかだより

白鳥病院訪問担当

平成22年11月

日ごとに寒さが増し、里山の木々も色づき出しました。寒さが身にしみ、暖が恋しい季節となりましたね。そこで、今回は「**低温やけど**」のお話しです。

1 使い方により低温やけどを起こすものには、

湯たんぽ・ホットカーペット・カイロ・電気あんか・温風ヒーター・ストーブなどがあります。

●これらは、冷え性の方・高齢者・子どもは、特に気をつけて使う必要があります!!

★やけどを起こしたら早めに受診しましょう。
(皮膚科・外科・形成外科でご相談ください)

2 低温やけどはなぜ起こる？

- ① 低温やけどは、低い温度でゆっくり進行するために熱さや痛みを感じにくい。そのため、気がついたときには深いやけどになっていることがあります。
- ② 特に麻痺がある人や皮膚の感覚が鈍い人は、重症のやけどになることがあります。



3 やけどを起こしやすい部位はどこ？

正解は **足** です。

足は知覚が鈍く血行が悪いため低温やけどを起こしやすい。

《**糖尿病などで末梢神経障害のある方は・・・**》

皮膚の温度感覚が鈍っていて、ついつい温度を高く設定したり長時間使用したりすることがあるので要注意です。また、傷が治りにくいのでやけどを起こしたときは、早めに診てもらいましょう。

4 低温やけどの予防法

①長時間使用しない

- カイロを貼ったまま眠らない。
- タイマー設定（1～2時間）などを利用する。
- ホットカーペットやこたつでそのまま眠らない。

②直接肌にあてない

- 使いすてカイロは、衣類の上に貼る。
- 寝る前に寝床を暖めておいて、床に入るときに電源を切る。

③寝たきりの人、麻痺がある人、身体が不自由な人などは、周りの人が気をつける。

