

# 床ずれについて

現在、高齢化がどんどん進んでいるこの社会で、脳梗塞後や転倒による骨折などさまざまな理由により、自力で思うように動きが取れない人が増加していて、床ずれを高頻度で見掛けるようになりました。

医学的には、床ずれを褥瘡じよくと言います。痛みを伴いますので、本人も介護する人もつらい思いをします。

## 褥瘡発生のメカニズム

身体に外力が加わると、骨と皮膚表層の間の軟部組織の血流が低下します。この状態を一定時間持続すると、組織は不可逆的な阻血そけつ性障害に陥り、褥瘡となります。実際には、阻血のみではなく、リンパかんろう灌流のうっ滞や、圧力・ずれ力による機械的変形も複合的に関与しています。そのため、突出した骨に近接した組織には、褥瘡が発生しやすいということとなります。

## 最も褥瘡が見られる部位

50%前後の割合を占めるのは、仙骨部で、次いで、

かかとの踵骨部、尾骨部、大腿付け根の外側辺りの大転子部が多いようです。

## 褥瘡を防ぐには

まずは、褥瘡がよく見られる部位の皮膚の状態をよく観察し、発赤はつせきなどの異常がないかどうかを確認することが重要です。異常があれば、早期に医師に相談してください。寝たきり、またはそれに近い人には、圧迫・ずれを取り除くことが必要で、そのためには、2〜4時間ごとに体位変換を細やかにを行い、減圧マットレスの使用を勧めます。皮膚保護剤やドレッシング材などによるスキンケアも大切で、看護師などに相談すれば処置してくれます。また、栄養状態の改善やリハビリテーションを始めることも重要です。

褥瘡は、早期に適切な治療をすれば、つらい思いをする期間が短くて済みます。早期発見、早期治療が重要です。

文責 小島病院

中井 肇

	内容	医療機関名など	電話番号	診療・受付時間	
夜間・救急医療機関	小児科	夜間医療	福山夜間小児診療所(福山市三吉町南)	☎084-922-4999	毎日19:00~23:00(受け付けは22:45まで)
		救急医療電話相談	こどもの救急電話相談	#8000	毎日19:00~翌8:00
	精神科	救急医療	福山友愛病院(福山市水呑町)	☎084-956-2288	毎日24時間
		救急医療相談	精神科救急情報センター(広島市安芸区)	☎082-892-3600	毎日24時間
	全般	夜間医療	福山夜間成人診療所(福山市三吉町南)	☎084-982-9946	毎日19:30~23:00(外科の場合は要事前連絡)
			音声ガイダンスによる休日夜間などの当番医療情報提供	広島県救急医療情報ネットワーク 県全域	☎0120-16-9901

※救急&予防サイト《こどもの救急》<http://kodomo-qq.jp>

3月	府中・新市・駅家地区の休日当番医						上下町の休日当番医	
	外科		内科		内科			
1日(日)	石川クリニック(福山市新市町)	☎51-8650	府中市民病院(鵜飼町)	☎45-3300	瀬尾医院(福山市新市町)	☎51-2169	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
8日(日)	寺岡記念病院(福山市新市町)	☎52-3140	渡辺内科医院(府川町)	☎45-8637	小島病院(福山市駅家町)	☎084-976-1351	黒木整形外科リハビリテーションクリニック(上下町上下)	☎62-8200
15日(日)	府中市民病院(鵜飼町)	☎45-3300	新市ときながクリニック(福山市新市町)	☎51-5007	さとうファミリークリニック(福山市駅家町)	☎084-999-3103	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
20日(金)	榑崎外科医院(元町)	☎45-2311	奥野内科医院(府川町)	☎46-3500	南坊井上内科循環器科医院(福山市駅家町)	☎084-976-0013		
22日(日)	えきや外科クリニック(福山市駅家町)	☎084-976-2222	金光医院(府中町)	☎41-2938	池田医院(福山市新市町)	☎51-2098		
29日(日)	北川クリニック(元町)	☎45-4572	和泉医院(府中町)	☎41-2412	佐野内科胃腸科医院(福山市駅家町)	☎084-976-1121		

※変更されることがありますので、事前に医療機関へお問い合わせください。診療時間は9:00~17:00。