

健康

康

広

場

healthy column



西城市民病院 副院長
武田 晋平

やけど 熱傷に 気をつけよう！



ストーブなどの暖房器具によるやけどが増えてくる時期になりました。何よりも予防が一番大切ですが、ささいな油断で起こってしまうのがやけどです。そこで今回はやけどについてお話します。

1. やけどの広さ

広範囲（全身体面積の20%以上）になると、大量の体液（リンパ液）が漏れ出て、放置すると生命に関わります。すぐに119番通報をし、流水で冷やしながらか急車を待ちます。乳幼児や高齢者は、比較的小さなやけどでも重篤になることがありますので注意が必要です。

2. やけどの深さ

①一番浅いやけど
日焼けと同じで皮膚が赤くなりひりひりと痛みますが、水ぶくれ（水泡）はできません。このような場合には、よく冷やしておくだけで、ほとんどは病院に行かなくても自然に治ります。

②中くらいの深さのやけど
水ぶくれができるのが特徴です。水ぶくれは、やけどの傷口を保護する役割があるので破いてはいけません。すぐに水で冷やした後、ガーゼやタオルで覆って水ぶくれが破れないように気をつけて、できるだけ早く医療機関を受診するようにします。

③最も深いやけど

水ぶくれにならずに、皮膚が真っ白になったり、黒く焦げたりしてしまいます。やけどがここまで深くなると、かえって痛みを感じなくなり

ます。このようなやけどは痛みがなからといって安心せず、必ず医療機関を受診しましょう。

3. 自分でできる応急処置

やけどは、すぐに水で冷やすことが大切です。冷やすと痛みが軽くなるだけでなく、悪化することを防ぐこともできます。

まずはやけどの部分の衣服（簡単に脱げる場合）を脱がせます。ストッキングやズボン、靴下など患部に張り付いた状態のものは無理に脱がさずに、着たまま流水（水道水）にさらして冷やします。流水が無理な場合には濡れたタオルでも構いません。広い範囲のやけどや乳幼児や高齢者では体温が下がりがりすぎることもありますので注意が必要です。

受傷直後、患部にアロエや市販の軟膏などを塗布するのは、逆に創を汚染させるのでやめましょう。消毒も必要ありません。できるだけ水ぶくれは破らないようにし、医療機関を受診してください。



4. 低温熱傷

低温熱傷は、ちよつと触ったくらいではやけどの原因にならないようなものが長時間接触することによって起こります。カイロ、コタツ、ホットカーペット、最近のエコブームで人気の湯たんぽなどが原因となります。接触部の温度が44℃だと約6〜10時間で受傷するといわれています。受傷者側の原因としては、熟睡していたり体が不自由であったり、知覚麻痺、泥酔、糖尿病による循環不良などの状態にあると受傷しやすいとされています。最初は火傷と勘違いされることが多いのですが、日が経つにつれ、皮膚が黒く変色し、死んでしまう（壊死する）ことが多いのが特徴です。できるだけ早く医療機関を受診してください。

予防としては、カイロは肌に直接当たらないようにする、湯たんぽも直接足に触れない所に置き、タオルでくるむだけではなくしっかりした袋に入れるなど、寝ている間にむき出しにならないような工夫が必要です。コタツやカーペットの温度設定を低くすることや寝る前にはスイッチを切るように配慮しましょう。

暖房器具の安全な使用を心がけ、やけどのない暖かい冬をお過ごしください。