



2019年1月23日放送

やけどの対応と予防するための注意点は？

筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター
総合病院水戸協同病院 看護部
皮膚排泄ケア認定看護師 谷口綾子

司会者：やけどとはどういうものですか？

谷 口：医学的には熱傷と呼ばれ、熱による皮膚や粘膜の損傷です。

司会者：熱傷になるとどのような症状が出るのですか？

谷 口：腫れて水ぶくれができることが多いです。しかし、気道の粘膜にやけどを生じると粘膜が腫れて狭くなり窒息を起こす危険性があります。高温の煙や水蒸気を吸い込んだりした場合は注意が必要です。

司会者：熱傷には深さがあると聞きましたがどのように分けられるのですか？

谷 口：熱傷はⅠ度熱傷、Ⅱ度熱傷、Ⅲ度熱傷に分けられます。

Ⅰ度熱傷は表皮、皮膚の表面、皮膚の表面までの損傷で、皮膚が赤くなりヒリヒリした感じがあります。Ⅱ度熱傷は真皮まで表皮の下の皮膚までに達する熱傷で水疱がき、強い痛みがあります。Ⅲ度熱傷は皮下組織まで皮膚が損傷されます。一見普通の熱傷とかわりなく見えますが、よく見ると皮膚が白くなり固く変化します。神経まで損傷するため痛みを感じません。

司会者：やけどを負った場合、まず大事なことは何ですか？

谷 口：熱の影響を取り除くためにすぐ冷やすことが重要なことは皆さんご存知かと思います。だからと言って、氷を直接やけどの部位に当てたりする必要はありません。氷を長時間皮膚に当てすぎると冷やし過ぎにより凍傷を起こすことがあります。特に今頃は冷やし過ぎによる低体温などを起こす危険性がありますので注意が必要です。

司会者：冷やし方の方法はありますか？

谷 口：まずは熱を保った衣服を脱がせます。簡単に脱げない場合は熱傷部位を傷つけないように慎重に切り、丁寧に剥がします。水道水を入れた洗面器などに熱傷部位を浸します。直接流水に当てると水疱が破れたりするので注意しましょう。胸や背中など洗面器に浸かることのできない部位は、冷水に浸した清潔なタオルを当てて冷やします。これを10～20分は継続しましょう。冷やしている間に体温が低下し全身に震えがくるようであれば、それ以上は継続せずに毛

布などで全身を覆い保温します。その間に地域の救急病院などに連絡して対応方法など相談してください。

司会者：やけどはすぐ冷やすと言いますが、なぜ冷やしたほうがいいのでしょうか？

谷 口：冷やすことでむくみを軽減し、痛みが和らぎます。冷水で 20 分以上冷やしたことでⅡ度熱傷の治りが明らかに短縮されたという報告もあります。

司会者：やけどで特に注意が必要な部位などはありますか？

谷 口：最初にもお話しましたが、高温の煙や水蒸気などを吸い込んだ場合、後から急に呼吸が苦しくなることがあります。煙や水蒸気を吸い込んだり、顔に炎を浴びたりしている場合には症状が軽くても早めに医療機関を受診してください。

司会者：やけどの治療にはどのようなことをするのでしょうか？

谷 口：Ⅰ度熱傷の場合、損傷されている皮膚が浅いのでそのまま自然に治ることが多いですが、炎症を抑える成分の入った軟膏やクリームなどで治療すると効果的です。

司会者：やけどで傷跡が残らないようにするにはどうしたらいいのでしょうか？

谷 口：まずは早期に医療機関を受診することが必要です。熱傷部は感染や圧迫などにより徐々に深くなっていくことがありますので、まずはこうしたことを予防することが重要になります。

司会者：その他の熱傷はどうですか？

谷 口：Ⅱ度熱傷は適切に医師の診察を受けて治療すればおおよそ 3 週間程度で治癒すると言われています。同じⅡ度熱傷でも深い場所まで皮膚の損傷が生じていると、適切な治療が行われていても治癒までには 4 週間以上かかります。熱傷部に感染が起きないように抗菌効果のある軟膏治療を行いながら、湿潤環境を保つことが大切になります。Ⅲ度熱傷は基本的に自然に治ることはないと言われています。死んでしまった組織を除去して、新しい皮膚ができるまで時間をかけて待つ方法もありますが、熱傷の範囲が大きい場合は植皮術という皮膚を植える手術が必要な場合もあります。

司会者：これから寒くなりストーブや湯たんぽなど使うことが多くなりますが、生活するうえで熱傷を予防するために気をつけることはありますか？

谷 口：小さなお子さんや高齢者のいる家庭では工夫して熱傷防止に努めていただきたいです。

司会者：例えばどのような点で？

谷 口：小さなお子さんの場合、テーブルの上など手の届くところに熱い飲み物などを置かないように注意しましょう。テーブルクロスなどを敷いていると、それを引っ張って置いてあった熱湯がかかるといった事故が起きています。また炊飯器やポットなどの水蒸気の出る部分は非常に高温になります。手を出して手のひらに深い熱傷を負うことがあるので注意が必要です。

司会者：高齢者の場合はどうですか？

谷 口：高齢者ではお線香を上げるときに服の袖に仏壇の火が付くなどして、脇に熱傷を負うことがあります。脇の熱傷は瘢痕を残すと動きが制限されて後遺症が残ることがあります。他にもこたつや電気アンカ、湯たんぽなどで生じる低温熱傷も冬に生じる熱傷として特徴的です。

司会者：それはどのような熱傷ですか？

谷 口：通常なら熱傷を生じない程度の温度でも、長時間同じ部位に熱が加わることで深い熱傷になることがあります。これを低温熱傷といいます。この熱傷は高齢者にも多いのですが、糖尿病のある方で末梢の知覚神経障害を伴っていたり、意識障害のある方も注意が必要な熱傷です。

司会者：なぜそのような方に起きやすいのでしょうか？

谷 口：知覚神経障害や意識障害があると、熱による痛みを感じにくいのが大きな要因です。しかし健康な人でも就寝時に温度調整した湯たんぽを使用しても、低温熱傷を生じることがあります。その場合は熱源が痛みを感じるほどの高温ではないこと、接触部分に圧迫が加わるため血管が潰れて血流が悪くなり、さらに低温熱傷が進行するといわれています。

司会者：低温熱傷に多い部位はどこですか？

谷 口：足部や下腿などの非常に多く見られます。

司会者：これから一段と寒くなりますので注意が必要ですね。

谷 口：そうですね。熱傷は深くなると治癒にも時間がかかるので、最初の対応と最も重要なのは熱傷を起こさないような生活の工夫ですね。