

2010年12月



低温やけど

暖房器具が欠かせないこの季節。使い捨てカイロやこたつ、電気あんか、湯たんぼ、ホットカーペットなど、ふだん危険を感じることなく使用している器具であっても、低温やけどのおそれがありますので、十分な注意が必要です。



低温やけどの症状

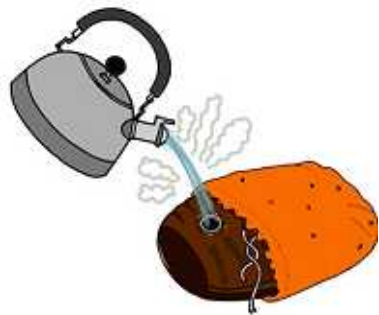
一般的にやけどは、皮膚が熱によって損傷された状態のことをいいます。

低温やけどは、湯たんぽや使い捨てカイロやこたつなど「温かくて快適」と感じている温度に体の同じ部分が長時間ふれていた場合に起こるやけどです。たとえば、44℃でも直接皮膚に6時間接触していれば、低温やけどを起こすと考えられています。46℃なら1時間半です。皮膚に押しつけるようにして使っている場合はもっと短い時間になります。

一般的なやけどに比べて痛みが少なく気付かないことがあり、乾燥している場合が多いため、重症のやけどには見えません。しかし、表面的には小さく見えても知らず知らずのうちに皮膚の深い部分までやけどになっていることが多いのです。

低温やけどを起こす部位は、脚がほとんどです。脚は感覚が鈍く、また血行が滞りやすいため、やけどを起こしやすくなっています。

低温やけどの場合、一般的なやけどとはことなり、水で冷やしても応急手当の効果があまり期待できません。また自分で水ぶくれをつぶしたり、皮膚に何かを塗ったりすると、傷から感染するおそれもあります。症状によっては皮膚移植の手術の治療が必要になることもあります。痛みがないからと自己流の手当てですませず、医療機関を受診して治療しましょう。



低温やけど予防

低温やけどの予防策の原則は「暖房器具を使うときは、つけっぱなしにしない」「違和感や熱いと感じたら直ちに使用を中止する」です。



熱源に直接触れない

- ・使い捨てカイロは必ず衣類の上に貼る
- ・湯たんぽは厚手の布製の袋に入れる（タオルで包むとずれて直接皮膚にふれることもある）

長時間同じ場所に固定しない

- ・使い捨てカイロは一か所に長時間あてず、使用時間を守る

睡眠中は使わない

- ・こたつやホットカーペットで眠らない
- ・使い捨てカイロを貼ったまま眠らない
- ・電気あんかや電気毛布は早めにセットし、就寝時には電源を切るかタイマーを1～2時間に設定する

熱源を押し付けない

- ・湯たんぽや電気あんかに足を押し付けるように乗せたり、使い捨てカイロを貼った部分にサポーターやガードルを重ねない（圧迫により血流が悪くなりやけどの進行が早まる）

使い捨てカイロや靴・靴下用カイロは目的以外の部位では使用しない

- ・靴下用カイロは酸素の少ない靴の中で使うようにつくられている。靴を脱いだ状態や、身体の他の部分に使うと、酸化反応が過剰に起こり高温になるので危険

製品の注意表示をよく見て、使用時間、使用温度など使用方法を守る

乳幼児や高齢者、病気によって知覚障害のある方など自分で温度調節が難しい場合には、周りの人が注意を払ってあげるようにしましょう。また、熟睡中や泥酔している時なども注意が必要です。

低温やけどの治療中は、症状を悪化させないように次のようなことに注意しましょう。

- ・激しい運動は避ける
- ・全身を温める入浴は避ける（よくなってきたらシャワーから）
- ・香辛料や酒は控える

その他、気になることやお困りのことがございましたら、お気軽に薬剤師までご相談ください。

（ 独立行政法人 製品評価技術基盤機構 / 松本市健康づくりだより / 国民生活センター / goo ヘルスケア / ヨミドクター 参照 ）



オーロラ薬局

TEL 019-635-1233

FAX 019-635-4555

オーロラ薬局 沼宮内店

TEL 0195-61-3883

FAX 0195-62-6868

オーロラ通信はバックナンバーを含めホームページでもご覧になれます。

<http://www.iwate-aurora.com/>