

2

2020

三重病院

## ニュースレター

news letter vol.246

01 「低温やけど」と暖房器具使用の際の注意点について

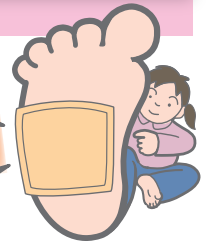
02 臨床研究部からのお便り—第21回—

「やまばとギャラリー」情報コーナー

03 5病棟の生活のひとこま⑤  
通所支援事業のひとこま  
異動のごあいさつ

04 医療安全便り vol.9

外来からのお知らせ／外来診察のご案内



# 「低温やけど」と暖房器具使用の際の注意点について

まだまだ寒い日が続く、電気ストーブ、カイロ、湯たんぽ、ホットカーペット、電気毛布などさまざまな暖房器具を使用されていることと思います。今回「低温やけど」と暖房器具を使用される際の注意点についてお話しします。特に、糖尿病患者さんのうち神経障害があり、しびれや痛みがある、温度に対する皮膚の感覚が鈍くなっている方では注意が必要です。

## 「低温やけど」とは

さほど高温でもなく、心地よいと感じる44～55℃程度の低温であっても、長時間皮膚が接触しているとやけどをします。これを「低温やけど」といいます。60℃で5秒程度、50℃で3分程度、44℃で6～10時間の接触で皮膚が損傷を受けると言われています。

一番多い低温やけどのケースは気づいた時はちょっと赤くひりひりするくらいだったものが、1日放っておいたら、水ぶくれができてグジュグジュしていたというものです。

低温やけどは、損傷レベルが深く、ほとんどがⅢ度のやけど(皮下組織までの損傷)となるため専門の治療が必要となります。糖尿病患者さんでは、動脈硬化による血流障害があると、血液の流れが悪くなり、傷が治るまでに時間がかかります。また、血糖コントロールが悪い患者さんの場合は、免疫力も低下しているため病原菌に感染しやすく、化膿(かのう)しやすくなり、治療がより難しくなります。その結果、低温やけどが足潰瘍や壊疽(えそ)の元になってしまうことがあります。

## 暖房器具使用の際の注意点

### 1. 暖房器具を使用しながら眠るのは厳禁

眠っている間は、感覚も鈍くなり、長時間同じ姿

勢を保つことが多いです。心地よいと思って使っている暖房器具でも夜間就寝中やうっかりうたた寝をした時に体に接触し低温やけどを起こすことがあります。

### 2. 暖房器具を使用する際には取り扱い説明書をよく確認し、正しく使うこと

製品に付属している取り扱い説明書やパッケージに書かれた注意書きを使用前に確認しましょう。次に、製品別に注意点を説明します。

#### ①使い捨てカイロ・靴下用使い捨てカイロ

神経障害がある場合には、「熱い」と感じる感覚が低下し、必要以上に長時間にわたって使用してしまうことにつながるため貼るタイプのもは、貼るカイロは必ず衣類の上に貼り、同じ所に長時間あてないようにします。貼った部分にサポーターやガードルなどで圧迫すると血流が悪くなり、やけどの進行を早める危険があります。靴下用のカイロは、酸素の少ない靴の中で使うように作られているため靴を脱いだ状態で使用したり、体の他の部位に使用すると、酸化反応が過剰に起こり高温になる危険性があります。

#### ②湯たんぽ・電気あんか

タオルやカバーで包んでいても低温やけどを起こすことがあります。就寝前に布団へ入れて温めておき直前にとりだしましょう。

#### ③こたつ・電気ストーブ

距離を目で確認し、長時間の使用は避けましょう。

## おわりに

寒い季節には暖房器具を使用する機会が増えます。ご自身にあった方法で安全に使用し温かく快適に冬を過ごしてください。

(糖尿病看護認定看護師 渡邊 美佳)