府中地区医師会

健康コラム

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、床ずれを褥瘡と言い、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になります。

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　小畠病院　中井　肇

掲載　広報ふちゅう３月１日号　第 1257 号