



第111号

ほけんだより

平成 22 年



けがをした時の新しい処置について（閉鎖療法）

転んで擦りむいだ、血が出た、痛い、ヒリヒリする、ジクジクした汁が出るなど、ケガをするといろんなことが起きます。

まずはそれに対する処置について書いてみましょう。

<処置としてさけた方がよいこと>

例) 消毒液で傷を消毒する。

例) 傷を乾燥させるためのスプレーを噴霧する。

例) 傷にガーゼを当てたり傷を乾かす。

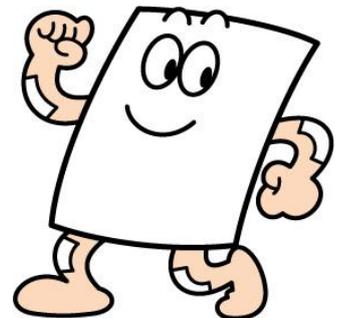


<なぜ傷を消毒しない方がよいのか？>

皮膚に対する消毒は一時的に効果はありますが、皮膚の表面（表皮）がなくなった状態、つまりケガをして出血している部位に消毒液などをつけるとしみて痛い思いをしますし、傷表面に露出した細胞膜と細胞質が消毒液によって破壊されてしまうため傷が治りにくくなります。

<なぜスプレーを噴霧したりガーゼなどをあてて乾かさない方がよいのか？>

傷からは血が出たり、表面からジクジクした汁がでます。化膿したのでは？と心配される方が多いですが、この汁の中には『細胞成長因子』という傷を治そうとする成分が、たくさん含まれています。ガーゼを当ててしまうと、この『細胞成長因子』を吸い取って蒸発させ、細胞成長因子が傷面で働くのを妨害し、さらにはガーゼの網目が傷に食い込んで、くっつき、ガーゼ交換ではがす時に非常に痛く、出血するため、治りかけた傷をさらに悪化させてしまいます。



<家庭や保育所，保育園でケガをしたときの手当>



手順

必要なもの

水道水 食品包装用ラップ
白色ワセリン（薬局にあります）
絆創膏 包帯 タオルかガーゼ

- 1 出血している場合は，傷口を直接押さえて圧迫止血をします。
- 2 傷周囲の汚れ（泥や砂）は，水道水で湿らせたガーゼなどで拭いて落としますが，傷口の中に泥や砂が入っていなければ，傷の中は無理に洗わなくてもかまいません。
- 3 ラップを傷よりもやや大きめに切り，白色ワセリンを「ラップに」塗り，ワセリンの付いた面を傷に当てる。ラップだけでもかまいませんが，ワセリンを塗ってから当てた方が早く痛みがとれます。
- 4 ラップの周囲を絆創膏で固定し，（ジクジクした汁が漏れ出る程度でよい）傷が浅いときは，その上を直接包帯で巻きますが，傷が深いときは，侵出液が多いので，それを吸い取るためにガーゼかタオルをあて，その上から包帯を巻きます。
- 5 寒い時期は1日1回の交換（ぬるぬるして気持ち悪くなったら交換）でかまいませんが，暑い時期では，あせもがしやすいので1日2回以上，交換するようにしましょう。
- 6 取り替える時には傷周囲の皮膚を十分に洗って，汗や垢を落とします。この時に石けんを使ってもかまいませんが，傷面には界面活性剤（石けんやシャンプー）は，よくないので傷面に付いたら十分に洗い流しましょう。痛くなければ，浴槽につかることも可能ですが，痛い場合にはシャワーで洗い流す程度にしましょう。
- 7 擦りむき傷のように広い面の傷の場合，上皮化完了後は3か月程度，直射日光を避けたほうがよい。遮光の手段は何でもいいので，市販の日焼け止めクリーム，色の付いた絆創膏や光を通さないテープ（絆創膏まけを起こさなければ何を使ってもよい）など，物理的に光を通さず，皮膚に悪影響が無ければ何を利用してかまいません。
腹部や胸部など，普段露出しない場所だったら，特に気にする必要はないでしょう。

参考

「新しい創傷治療、消毒とガーゼの撲滅を目指して」 <http://www.wound-treatment.jp/>

ほけんだよりは，呉市のホームページでもご覧になることができます。

URL <http://www.city.kure.lg.jp/~kodosise/hoken.html>