

コロナ禍で
巣ごもり生活
テレビ漬け

気づいた時にはもう床ずれが・・・



じょくそう
テレビ褥瘡
(床ずれ)

床ずれの要因と予防

床ずれは寝たきりになり食事も十分摂れなくなった低栄養の方にできます。寝たきりになると筋肉が減って骨が飛び出していきます。

そして骨と皮膚にはさまれた部分が押されて血が通わなくなって床ずれになります。床ずれの予防は、寝たきりにならないことと、栄養を付けること、また骨が出てきたら軟らかい床ずれ予防マットレスを使うことが大切です。

新しい床ずれの多発

ところが2020年3月からこのような原則を覆す新しい床ずれが多発するようになりました。寝たきりではなく元気に歩ける方で栄養状態も悪くない方に、1施設で半年間で7例も床ずれがありました。コロナウイルス感染拡大への自粛要請に対し、自宅にとどまり外出を控え、家でじっと座って、あるいは横になってテレビを見ていた高齢者でした。あるいは家で椅子に座ってずっとパソコンをしていた方たちでした。

これらの床ずれは座った時に下になる坐骨部、尾骨部、あるいは横向きに寝た時下になる大転子部にあり、痛みを伴っていました。できてまだ日が浅いものは、皮膚をみただけでは何の変化もありませんが、皮膚を大きくつまむと、皮膚の下に硬くて痛い床ずれがありました。時間の経ったものは重症化し、表面がただれて潰瘍化し血が出ていました。1例では皮膚の下の硬い部分に感染がおり、膿が出ていました。

床ずれの対策と治療

いずれの方も、座る姿勢が悪く、また座る時に圧迫を減らせるクッションは使われていませんでした。軽症の床ずれでは圧迫を減らす床ずれ用クッションを用いるだけで治っていきました。

しかし、重度の床ずれでは、床ずれ用クッションを導入しても治るのに長期間かかり、適切な傷の処置も必要でした。

つまり、感染がある時は感染対策の治療、感染が治まれば傷んだ組織をできるだけ早く回復させる治療、そして最後は表皮化させる治療です。

気になるときはすぐにご相談を

同じ姿勢で横になったり座ったりする時間が長くなっていったときや、下になっていたところに痛みが出た場合、全身状態が悪ければもちろんですが、元気で床ずれかもしれません。

痛いところを触ってみて、そこが骨の出っ張ったところなら、あるいは皮膚の下に痛くて硬いものを触れたら、すぐに医師か看護師に相談しましょう。

日本褥瘡学会・在宅ケア推進協会

〒169-0072 東京都新宿区大久保2丁目4番地12号
新宿ラムダックスビル9階 (株)春恒社 学会事業部内
E-mail: care@zaitaku-jokusou.info

TEL: 03-5291-6231
FAX: 03-5291-2176

