



毎日寒い日が続いていますね。寒くなると暖房が恋しくなりませんか。暖房器具は暖かく、生活を快適にする反面、やけどの危険が多くなります。今月は、やけどの中でも冬の時期に多い『低温やけど』についてご説明します。

『低温やけど』とは？

低温熱源による熱傷。長時間、低温熱源に直接接触することにより受傷します。接触部の温度44℃では約6～10時間で受傷すると言われています。

皮膚の表面は軽度のはれ程度に見えても、内部が壊死し重傷になることが多いとされています。

低温熱源(低温やけどの危険があるもの)

使い捨てカイロ(低温やけどの熱源では最も多い。特に貼るタイプのもの)
湯たんぼ(就寝時の低温やけどでは最も多い)、電気アンカ、こたつ、
ホットカーペット、電気毛布、ファンヒーター、ストーブ
※ノートパソコンを膝の上に乗せて、本体底面部からの放熱でやけどを負った報告もあります。



低温やけどの要因

- ・熟睡していて気付かない
- ・体が不自由で自分で動かすことができない
- ・乳幼児で危険を回避できない
- ・知覚麻痺、泥酔、糖尿病による循環不良



低温やけどを防ぐ方法

- ・体の同じ場所を長時間、暖房器具に触れないようにすることを心がけてください。

やけどの対処方法

※この対処方法は低温やけどに限らず有効です。

STEP1

すぐに流水(水道水)で冷やす(15分程度)

流水で冷やすことはやけどがそれ以上進行するのを止めたり、痛みをやわらげたり、細菌の感染を防ぐ効果があります。

- ・着衣の下のやけどの場合には、無理に服を脱がず、服の上から水をかけましょう。
- ・水疱(水ぶくれ)ができている場合は、流水の水圧で水疱がつぶれないように注意しましょう。
- ・乳幼児や老人は低体温を起こしやすいため、冷やしすぎに注意しましょう。

STEP2

滅菌ガーゼや清潔な布(シーツなど)で、やけどの部分进行を覆う

細菌感染を防ぎます。

- ・水疱は破らないように注意しましょう。破ると細菌感染を起こしやすくなります。
- ・アロエ・油・軟膏・味噌などは絶対に塗らないようにしましょう。

STEP3

病院を受診しましょう

- ・やけどの深さは、見た目では判断できないこともあるので、小さなやけどでも医師(皮膚科、外科など)に診てもらいましょう。

問合せ 健康福祉課(城里町常北保健福祉センター内)
☎029-240-6550(直通) ☎029-288-3111(内線370,371) 保健師まで

次回の「まごころ通信」は4月号に掲載予定です。