

東部療育通信-2016年1月号-

入所と地域の障害児(者)の生活を支援するメールマガジン

発行 東京都立東部療育センター

<http://www.tobu-ryoiku.jp/>

暖かいお正月となりましたが、皆さまは良い新年を迎えられたでしょうか？  
今年度第2号となるメールマガジンをお届けします。今回は褥瘡（床ずれ）をテーマにお届けします。

床ずれのことを、専門用語で「褥瘡（じょくそう）」といいます。国内外問わず多くの研究が進み、予防から治療にいたるまで一貫した褥瘡対策の指針が出されています。しかし、重症心身障害児者は、予防が難しく繰り返してきてしまうことも少なくありません。日本褥瘡学会のホームページでは、一般の方向けに、予防やケアの方法について閲覧できるようになっています。その一部をご紹介します。

## 1. 床ずれの基礎知識

Q 1 床ずれとは何でしょうか？

A 1 床ずれとは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなったり滞ることで、皮膚の一部が赤い色味をおびたり、ただれたり、傷ができてしまうことです。

Q 2 床ずれはなぜできるのでしょうか？

A 2 私たちはふつう、無意識のうちに眠っている間は寝返りをうったり、長時間椅子に座っているときはお尻を浮かせるなどして、同じ部位に長い時間の圧迫が加わらないようにしています。このような動作を「体位変換」といいます。

しかし自分で体位変換できない方は、体重で長い時間圧迫された皮膚の細胞に十分な酸素や栄養が行き渡らなくなり、皮膚はダメージを受けます。これが「床ずれ」です。

Q 3 床ずれはどんな人になりやすいのでしょうか？

A 3 自分で体位変換ができず長期間寝たきりで、栄養状態が悪い、皮膚が弱くなっている（排泄物や汗により皮膚のふやけがある、むくみ強い）人は注意が必要です。皮膚が弱っているときは、圧迫だけでなく摩擦や

ずれなどが繰り返されている刺激でも、床ずれになりやすいといえます。

Q 4 床ずれになりやすい体の部位はどこでしょうか？

A 4 骨が突き出した部位は強く圧迫されて、床ずれができやすくなります。床ずれのしやすい部位は、寝ているからだの向きや姿勢により違ってきます。

Q 5 床ずれかもしれないと思ったらどうしたら良いのでしょうか？

A 5 赤い色味をおびた皮膚が圧迫されないよう体位交換をします。手を入れて圧迫されていないか確認するのもよいでしょう。床ずれの可能性があると考えられた場合は、医師または看護師に相談するのがよいでしょう。

## 2. 床ずれ防止用具について

床ずれ防止用具は、様々な種類がありますが、どのようなものを使ったらよいかわからないという意見をよく聞きます。用具のもつ特性について大まかに説明します。

### (1) エアマットレス（電気を使用します）

専用ポンプで空気を送り込まれたエアセル（空気をためる袋）で身体を支える構造です。エアセルの中身は空気であるため、身体によくなじみ、大きな面積で身体を支えるので、皮膚にかかる圧力を分散します。

東部療育センターで使用しているエアマットは、ビッグセルEX、プライムレボ、ニュースターの3種類です。

### (2) ウレタンフォームマットレス

ウレタンフォームは、バネのような「弾性」とガムのような「粘性」をあわせもち、マットレスに身体を沈みこませることにより広い面積で身体を支えられるので皮膚にかかる圧力が分散します。電気を必要としないため、停電時や電源のない場所でも使用が可能です。

### (3) ゲル

ゲルの大きな特長は、素材が変形することで、ずれ力を吸収することです。車椅子用クッションの他、部分的な床ずれ防止用具として利用されています。

### (4) シープスキン

羊の毛皮100%のシープスキンは、皮膚に優しくとても柔らかい質感です。吸湿量は木綿の約2倍、ポリエステル約40倍あり、通気性と断熱性にも優れ、快適な湿度を保ちます。

今回のメールマガジンはいかがでしたか？褥瘡は繰り返し起きやすいものです。予防や日々のケアの参考にさせていただければと思います。

## I | N | D | E | X |

---

### 1：施設概要のページへ

→ <http://www.tobu-ryoiku.jp/outline/index.html>

---

### 2：入所や短期入所をご希望の方

→ [http://www.tobu-ryoiku.jp/guide/nyusho\\_guide.html](http://www.tobu-ryoiku.jp/guide/nyusho_guide.html)

---

### 3：施設開放サービス

→ [http://www.tobu-ryoiku.jp/service/opening\\_service.html](http://www.tobu-ryoiku.jp/service/opening_service.html)

---

### 4：薬剤と検査の紹介

→ [http://www.tobu-ryoiku.jp/service/medicine\\_inspect.html](http://www.tobu-ryoiku.jp/service/medicine_inspect.html)

---

## 1：施設概要のページへ

---

- 東京都立東部療育センターは、重症心身障害児（者）の医療と療育を総合的に行う施設です。
- 少子化が進行する中であっても、心身障害児（者）は減少しておらず、また、障害の程度は重度・重症化しています。更には、家族が高齢となったため家族介護が困難で施設入所を希望している方も増えています。
- 一方で、できる限り住みなれた地域で在宅の療育を望んでいる障害者や家族の方達は多く、その支援の充実を図ることが一層必要となっています。このような状況に対応するため、重症心身障害児（者）施設が整備されていなかった区東部地区に設置することにしました。

→ <http://www.tobu-ryoiku.jp/outline/index.html>

---

- ◆ このメールは [m s w \\_ t r c @ m t r c . j p](mailto:m s w _ t r c @ m t r c . j p) のアドレスより配信しております。
  - ◆ 送信アドレスは配信専用です。お問合せやお手続きは下記よりお願いします。
- 

東部療育通信

発行：東京都立東部療育センター <http://www.tobu-ryoiku.jp/>

個人情報保護方針：<http://www.tobu-ryoiku.jp/privacypolicy.html>

問合せ先：<https://www.tobu-ryoiku.jp/inquiry.html>

〒136-0075 東京都江東区新砂 3-3-25

●配信がご不要の方は、下記URLにアクセスして下さい

<http://www.tobu-ryoiku.jp/info/mailmagazine.html>

---

Copyright (C) 東部療育センター All Rights Reserved.