

# スキン-テア(皮膚裂傷)をご存じですか？

気づかないうちに皮膚が剥けている、どうしてなのだろう？ と疑問を持たれたことはありませんか？

その傷は医療用語でスキン-テア(皮膚裂傷)といわれるものかもしれません。高齢者の方に非常に多く、これは高齢者の皮膚の特徴ゆえの傷といえます。特に絆創膏などを剥がす際に一番起きやすいと言われてい

ます。加齢により皮膚が弱くなり、軽い圧迫・ずれにより皮膚が裂ける現象が起き、何気ない日々の行動によっても発生してしまいます。棚の角にぶつかったり、着替えるときなどのちょっとした動作時にも注意が必要です。また、一度発生してしまうと治ってもまた新たに発生することがあり、治るまでに数週間かかってしまいます。

では、高齢者はどのような皮膚の特徴を持つのでしょうか。

## ■ 高齢者の皮膚の特徴

高齢者の皮膚は極端に薄くなったり、内出血しやすいという特徴を持ちます。皮膚が乾燥し弾力性も失われていることから、ベット柵や車いす使用时、少しぶつただけでも皮膚がめくれたり、青黒いあざができてやすくなります。

また、病気による治療のために使用している薬によりさらに皮膚が脆弱(ぜいじゃく)となっているのです。スキン-テア(皮膚裂傷)は褥瘡(床ずれ)と間違われることもよくあります。

## ■ 褥瘡(床ずれ)との違い

介護で寝たきりの状態の場合、または、椅子に同じ姿勢で長時間座っている場合など持続的な圧迫と皮膚のずれが加わって起こるものを「褥瘡」(床ずれ)といいます。

一方、一過性に強い外力により発生するものをスキン-テア(皮膚裂傷)と呼び、褥瘡と違いびらんにとどまるので、それほど深くなりません。



〈 スキン - テア 〉

## ■ スキン-テア(皮膚裂傷)予防のポイント

皮膚の状態を整え、摩擦・ずれの発生を予防することが最大のポイントです。

### (1) 手足を保護する

- できれば長袖・長ズボンにする。
- 手足には筒状包帯、腕には肘までの手袋やアームカバー。
- 足にはレッグカバーを使用する。

### (2) 周囲を整える

- ぶつかりやすい場所にカバーをつけ、環境を整える。
- ぶつけても大きな衝撃を受けないように、できればベット柵や家具の角などにカバーをつける。
- 転びやすい場合は床に硬いものなどを置かない。

### (3) 優しくからだを洗う

- 弱酸性の洗剤を使用し、泡を使って手で優しく洗う。
- 熱いお風呂は避け、洗剤はこすらず洗い流す。

#### (4) 保湿剤を塗る

- 低刺激性でローションタイプなどの伸びが良い保湿剤を1日2回以上塗る。塗る時のポイントは横に押さえるように優しく塗る。

#### (5) 栄養を整える

- 食事と水分をしっかり取る。

の5つです。

そのほかに、医療用テープを貼っている方は粘着力が強いテープは使用せず、なるべく包帯で固定するようにし、テープは無理にはがさないようにしましょう。

## ■ 介助する方も注意を！

介助する側も、①体を引っ張らない ②手足は下から支えて持つ(握らない)、ことに注意していくことが必要ですので、介助する際にも気を付けましょう。

また、1日1回は手足を見る習慣をつけることが大切です。

両腕・両足を中心に、傷や打ち身などできていないか、特に何かにぶついたり、強く擦った後はその部位に何かできていないかを観察しましょう。

## ■ もしも、スキン-テア(皮膚裂傷)が発生してしまったら！

- 圧迫して血を止める。
- 流水で洗う
- 傷は仮に保護し皮膚につきにくい医療用ガーゼに白色ワセリンを塗り、貼る。
- 医療用テープではできるだけ固定しないようにする。絆創膏は貼らない。貼ってしまったら剥がす方向を書いておく。(包帯で固定がおすすめ)
- 医療者に相談し、適切な処置を受ける。

床ずれ・スキン-テア(皮膚裂傷)は超高齢社会の日本においては、今後更に増加してくることが予想されます。

予防法をしっかりと身につけ、常に傷がない、健やかな皮膚を保ちましょう。



〈 軟膏の塗り方 〉

横方向に皮膚の溝に沿って優しく塗る

【褥瘡対策室 皮膚・排泄ケア認定看護師大谷内 千恵】

