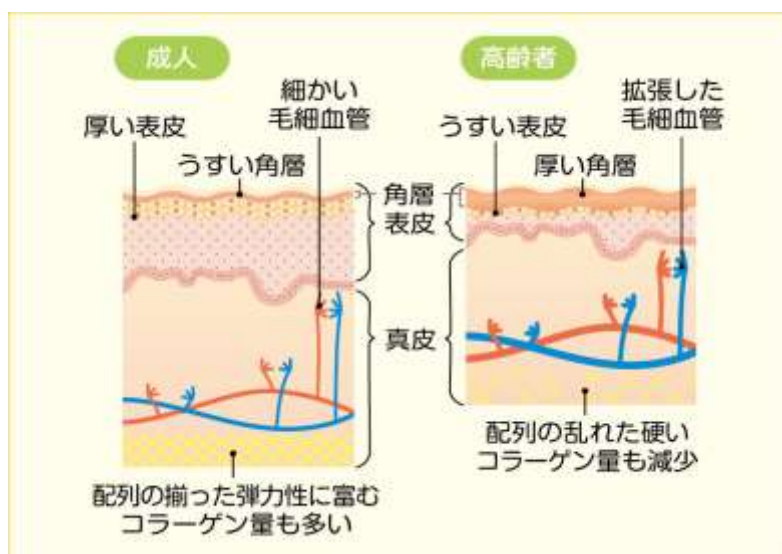


褥瘡だより 第33号

ふくの若葉病院 褥瘡プロジェクト 2018年9月発行

今回は、高齢者のドライスキン(老人性乾皮症)について取り上げます。高齢者の95%はドライスキンを生じているといわれており、予防を欠かすことはできません。

高齢者の皮膚の特徴について



- ・角質内水分および皮脂分泌欠乏のため、皮膚は乾燥して光沢を失う。
- ・症状が進行すると角化、ひびわれ、発赤などを生じかゆみと痛みを伴う。
- ・乾燥した皮膚の状態が長く続くと、かゆみを感じやすくなり、ちょっとした刺激でもかゆみを感じるようになる。

(1) 好発部位(皮脂分泌が少ない)

下腿部、大腿部、腰背部、前腕部

(2) 起きやすい要因

- ・室内の乾燥、発汗、タオルによる皮膚の過度な摩擦や寝衣の締め付けなどの物理的的刺激
- ・おむつ内の排泄物によるアルカリ性刺激、入浴や清拭時の石けんなどによる化学的的刺激
- ・食物、ダニ、細菌や真菌などのアレルギー性刺激物など

様々な要因によってドライスキンが生じやすい。

ドライスキンを起
こした下腿部 →



ドライスキンの予防について



- ・石けんをよく泡だてて、なでるように洗い、よく洗い流す。

- ・入浴後は、皮膚が乾燥する前(15分以内)に保湿剤や乳液、クリームを塗布して保湿する。

- ・皮膚に直接触れる衣類は、ウールや化学繊維を避け、柔らかく吸湿性のよい綿、ガーゼ、ネル素材とする。

- ・ゴムなどで強く締め付けない衣類。

- ・衣類に洗濯洗剤が残っていると、かゆみを生じることがあるので、よくすすぐ。



- ・爪を短く整え、手指の清潔を図る。

- ・眠っているときに、かゆみのある部位にどうしても触れてしまうときは、薄手の木綿製の手袋を着用する。

- ・ストレスは不安、緊張、怒りを生じさせ、「掻く事で気分を鎮める」という行為を招くので、できるだけ気分転換によって情緒の安定を図る。

- ・局部を冷却することで気分を休める。

- ・かゆみや発赤が強いときは、副腎皮質ホルモン製剤や抗ヒスタミン薬の外用を検討する。

- ・かゆみが強く心身の休息が図れないときは、抗ヒスタミンの内服を検討する。

- ・発汗の為かゆみが増強し、入眠困難や中途覚醒があるときは、汗を拭きとって、保湿剤や乳液、クリーム、外用薬を塗布してかゆみを軽減する。



まとめ

今回は、ドライスキン(老人性乾皮症)の特徴ならびに予防について特集しました。高齢者の皮膚の特徴をとらえて、日々のケアにつなげていけたらよいと思います。在宅でお悩みの方の相談にも応じますので、お気軽に声をかけてください。