



スキン - テアは身近なキズです

第一看護課 外来主任 村上 理恵



皆さんは「スキン - テア (Skin Tear: 皮膚裂傷)」という言葉をご存じでしょうか。これは、摩擦・ずれによって、皮膚が裂ける傷のことで、痛みや出血を伴い、見た目にも痛々しい傷になってしまいます。

ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有していると日本看護協会より認められた看護師は「認定看護師」となります。滝川市立病院には、がん化学療法看護認定看護師1人、感染管理認定看護師1人、認知症看護認定看護師2人、皮膚・排せつケア認定看護師1人の5人の認定看護師がおり、私は皮膚・排せつケア認定看護師として、褥瘡(床ずれ)や創傷、ストーマ(人工肛門・人工膀胱)のケアについて患者さんやスタッフの相談を受けています。今回はこの認定看護師の視点から、身近に起こりやすいスキン - テアのこと、そしてその予防についてお話ししたいと思います。

スキン - テアは、皮膚が弱くなることで起こりやすくなり、その要因は『加齢』『長期にわたるステロイド薬の使用』『抗凝固薬の使用』『屋外で作業することが多かった』『抗がん剤や放射線治療を受けていた』『透析をしている』などが挙げられます。また、『著しい乾燥』『紫斑(内出血)』『むくみ』『水ぶくれ』といっ

た皮膚の状態も発症につながります。そのため、このような要因をお持ちの方には、スキン - テアを予防する対応をお勧めしています。

具体的な予防方法としては「腕や足など衣類から出ているところはアームカバーやレッグカバーなどを装着し直接刺激を受けないよう保護する」「体をぶつけやすい家具やベッド柵に緩衝材をつける」「皮膚の乾燥を防ぐための保湿剤を使用する」「介助をするときは下から優しく支え皮膚を引っ張らないようにする(下写真参考)」といったことを指導をしています。

スキン - テアは、発症してしまうと大きな苦痛を伴うため、普段の生活から予防することがとても大切です。スキン - テアの予防について知りたい場合や心配な傷がある場合は、皮膚科外来にご相談ください。



○ 下から支えるように保持

× 握る、つかむ

参考:「ベストプラクティス スキン - テア(皮膚裂傷)の予防と管理」
日本裂傷・オストミー・失禁管理学会編集

4月の救急医療機関

	外科休日当番医 (8:30 ~ 翌 8:30)	歯科休日当番医 (9:00 ~ 12:00)	電話番号	住所
4 日(日)	滝川脳神経外科	押尾歯科医院	0125-52-2811	砂川市西 2 条北 3 丁目 1 - 10
11 日(日)	市立病院	塚本歯科医院	0125-23-2508	滝川市栄町 4 丁目 4 - 22
18 日(日)	滝川脳神経外科	橋本歯科医院	0125-23-5566	滝川市西町 2 丁目 3 - 23
25 日(日)	滝川脳神経外科	伊東歯科医院	0164-23-5501	深川市 2 条 7 番 29 号
29 日(木)	市立病院	スマイル歯科	0125-74-5028	滝川市本町 2 丁目 4 - 25

※市立病院…Tel 22-4311/ 大町 2 丁目 2 - 34 滝川脳神経外科…Tel 22-0250/ 西町 1 丁目 2 - 5
休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます(8:30 ~ 翌 8:30)。

平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル(Tel 22-2299)でお知らせします。