



社会福祉法人 寿康会
未来こども園
看護師 須摩敏幸

今年も残すところあと一ヶ月となりました。木枯らしが身にしみる季節になり、朝晩の冷え込みも厳しくなってきました。そして、師走。なんとなく気忙しく、落ち着かない時期です。大人の忙しさが中心になりがちだからこそ、子どもの生活リズムも意識していきましょう。



低温やけどに注意しましょう！！

通常のやけどは、皮膚の表面に熱源が触れてしまうことで起こります。一方、低温やけどは皮膚の奥深くでゆっくりと進行してしまうので、通常のやけどよりも治りにくいです。

低温やけどは、50度なら数分、44度で数時間、42度でも6時間触れているとなってしまいます。心地よく感じる温度でも発生することがあり、自覚症状が現れにくく皮膚の深部まで損傷することが多いのが特徴です。

低温やけどの 症状

やけどは、皮膚がどの程度ダメージが与えられているかに応じて1~3度までの症状にわけられます。

- ・**軽い症状の場合: 1度**
ヒリヒリした痛みと、うっすらとした赤みが生じます。
- ・**中度の場合: 2度**
強い痛みや赤み、水ぶくれが発生します。
- ・**ひどい場合: 3度**
皮膚が壊死してしまい、病院での治療に2週間以上かかることがあります。

低温やけどの原因三選！！

1. **湯たんぽ・電気あんか** 寝る時に足に触れたまま眠ってしまい、翌朝水ぶくれができてしまう事が多いようです。
2. **使い捨てカイロ** カイロを当てた所をサポーター等で固定して圧迫する事で血流が阻害され皮膚の温度が上がりやけどしやすくなってしまいます
3. **電気毛布** 一晩中使用してしまう事により、低温やけどを引き起こす場合があります。

また最近低温やけどの原因とされて注目されているのがスマホです。発熱したスマホが就寝中に皮膚に直接あたったり、ポケットに長時間入れておくことで低温やけどとなつた例があるそうです。

低温やけどになつたら応急処置を行いましょう

基本的にやけどをしてしまったときの対応と同じです。ただ低温やけどはやけどと違い見た目では重症度は判断できないため、**応急処置をしたら皮膚科を受診することをオススメします**

1. すぐに流水で10~30分程度直接冷やす。（氷や保冷材は凍傷になる可能性がある為使用せず、衣服が張り付いている場合は無理に脱がすと皮膚がはがれてしまう可能性があるので服の上から流水で冷やす）
2. 水ぶくれがある時はつぶすと感染症の原因となる為つぶさずワセリン等の保湿剤を塗布しガーゼ保護を行う。
3. 破れてしまった水ぶくれがある時は皮膚を元に戻しワセリンを塗布後ガーゼ保護を行う。

間違った応急処置

1. 民間療法でよく使われるアロエの果肉や味噌、キュウリのすりおろしやはちみつを塗る、キャベツを巻いたりと色々ありますが（地域によっては醤油やごま油なんかもあるようです）決してしないでください。清潔が担保できず感染症のリスクが高くなり、受診の際に洗い流すため再度痛い思いをすることとなります。
2. 水ぶくれを故意につぶす 水ぶくれの液体は傷を保護し感染を防止したり、傷の治りをサポートします。潰した方が治りが早くなるという事はありません。
3. 自己判断でステロイド等の軟膏を塗る。 前述の通り低温やけどの傷の具合は見た目ではわからない事が多いため自己判断で処置をすると悪化したりする可能性があります。



インフルエンザ脳症について



インフルエンザ脳症と言う言葉を聞いたことはあるでしょうか？インフルエンザウイルス感染後に起こる重篤な急性脳症で、意識障害、けいれん、異常行動などの症状を特徴とします。主に5歳以下の子どもに起こりますが成人でも発症する可能性があり、後遺症や最悪、死に至る可能性もあるため、速やかな医療機関の受診が必要です。

発症のタイミングと特徴

発症までの期間

発熱より1～2日後、もしくは発熱後数時間から1日以内に起こる事が多いです

進行速度

発症してから急速に進行するのが特徴です

主な年齢層

5歳児以下に多く、特に1～2歳時に集中するが最近は成人の発症の報告もあります

主な症状

- ・意識障害：呼びかけに返答しない、起きられない、目を開けない、痛みや刺激に対して反応が鈍いなど
- ・けいれん
- ・異常行動：いない人をいるといってみたり両親がわからない（人を正しく認識できない）意味不明な事を言ったり、ろれつが回らない、自分の手を噛んだり食べ物とそうでない物を区別できない。幻視（見えないものが見える）や幻覚的な訴えをする。恐怖感の訴えや怯え、急に怒り出したり、泣き出したり、大声で歌いだしたりする。等です

発症時の対処方法

- 異常行動や意識障害、けいれんなどが見られた場合は次のような対応が望まれます。
- **異常行動**：30分以上続く場合は様子を見ずにすぐにかかりつけ医や病院を受診しましょう
- **意識障害**：呼びかけに対して反応がない、意識がはっきりしない場合は救急車を呼んで下さい
- **けいれん**：5分以上続くけいれん、体の左右でバラバラに起こる、けいれんがおさまっても意識や顔色が戻らない、1回の発熱でけいれんを2回以上起こしたりする場合は救急車を呼んでください。その際には揺り動かしたり、大声で呼びかけたりせず、衣類を緩め平らな場所に寝かせ嘔吐しても窒息しないよう体と顔を横に向けておきましょう。けいれんが続いた時間も計測しておきましょう
- また発熱時は医師から処方された本人用の解熱剤を使用しましょう。大人用の内服薬や市販薬（ロキソニンやボルタレン、バファリン等）では逆に悪化させるリスクが非常に高くなります