

高齢者の弱くなった皮膚を守りましょう

～スキン・テア（皮膚裂傷）の予防～

「スキン・テア（皮膚裂傷）」とは

スキン・テア（Skin Tear）とは、摩擦やずれによって皮膚が裂けたり、剥がれたりする皮膚の損傷のことです。特に高齢者の四肢に多く発生する外傷性創傷で、皮膚が脆弱化した高齢者に発生しやすくなっています。

スキン・テアは、日常の何気ない動作でも発生する可能性があります。例えば、棚の角にぶつかったり、着替えたりする際に皮膚が裂けることがあります。高齢者の皮膚は薄く、乾燥しやすく、弾力性が失われているため、わずかな力でも損傷しやすい状態です。

そのため、スキン・テアのリスクを理解し、適切な予防策を講じることが大切です。

今回は、スキン・テアの予防をご紹介します。



ベッドからの移乗時にスキン・テア発生



スキン・テアで大切なこと

障害を与えないこと・苦痛を与えないことが、スキン・テアで一番大切なことになります。

① 手足を保護しましょう

正しい衣類の選択で皮膚を守りましょう



② 周囲を整えましょう

ぶつかりやすい場所にカバーをつけ、環境を整えましょう



③ 優しく体を洗いましょう

弱酸性の洗浄剤を使用して、泡を使って手で優しく洗いましょう
優しく押さえるように拭きましょう



④ 保湿剤を塗りましょう

押さえるように優しく塗ってください
低刺激性でローションタイプなどの伸びの良い保湿剤を塗布しましょう



⑤ 体を引っ張らないようにしましょう

体位変換や移動のときは、強い摩擦を与えないようにしましょう



⑥ 手足は下から支えるように持ちましょう

手足を持ち上げる時には、下から支えましょう



スキン・テアの予防と管理別冊付録より
日本創傷・オストミー・失禁管理学会：



社会福祉法人
こしば福祉会

〒514-0073 三重県津市殿村 860 番地2

介護老人保健施設トマト

TEL：059-237-5050

有料老人ホームさくら

TEL：059-273-5531