



寒くなるにつれ、こたつや使い捨てカイロで暖を取る機会が増えているのではないのでしょうか。ここで注意したいのが、暖房器具による低温やけどです。高温でのやけどと違いじわじわとダメージを受けるため、気づかないうちに重症化するこ

ともあるようです。今月は低温やけどについてお話します。

「低温やけど」ってどんなやけど？

やけどのうち、比較的低い温度で生じるものを「低温やけど」といいます。暖かく感じる程度の温度でも、長時間皮膚が接することでそれほど熱いと感じないまま、やけどになってしまいます。低温やけどは普通のやけどに比べて痛みが少なく、水ぶくれもできにくく、乾燥していることが多いため、一見軽そうに見えますが、長時間熱の作用が及んだために、深いやけどになっていることも珍しくないようです。多くは、こたつや使い捨てカイロ、湯たんぽ、電気毛布など、冬場に長時間、体に当てて使用するものが原因となります。また、膝の上でノート型パソコンを長時間操作した場合、パソコンやバッテリーからの熱でも低温やけどを起こすこともあります。

皮膚が損傷を受ける
温度と時間の目安

44℃ 3~4時間

46℃ 30分~1時間

50℃ 2~3分

※そのときの体調や
身体の状態で異なります



「低温やけど」を防ぐためにできること

肌に直接触れない・同じところにずっと当てない



・使い捨てカイロは肌に直接貼らず、衣服の上から貼るようにしましょう。下着等薄い衣類の上から使用する場合は特に注意が必要です。ベルトやサポーター、椅子等で押し付けて使用しないことも大切です。



・湯たんぽは湯たんぽカバーを使用し、その上から厚手のバスタオルや布などで包むようにしましょう。電気あんかも

熱感や痛みは我慢しない・定期的に当てる場所を変更

・使い捨てカイロは熱いと感じたら使用を中止するようにしましょう。高齢の方や神経障害が進行して皮膚感覚が低下した糖尿病の方などは気付かないこともあるので、家族や周囲の方の配慮が必要です。

・子供さんや介護が必要な方が湯たんぽを使用する際は、身体と同じ部位に触れ続けられないよう、保護者やご家族、介護者など周囲の方で時々湯たんぽの位置を変えるようにしましょう。



湯たんぽなどは寝る前に布団の外に

・就寝時に布団の中で湯たんぽを使用して、低温やけどをする事故が報告されています。低温やけどを確実に防ぐため、布団が暖まったら、湯たんぽを布団から取り出して就寝するようにしましょう。

・湯たんぽに破損や亀裂があることに気付かず使用して、お湯などの内容物が漏れ、やけどをすることもありますが、湯たんぽを使用する前によく点検することが大切です。経年劣化等により小さな亀裂や破損が生じることもあります。取扱説明書をよく読んで正しく使いましょう。



ひりひり感などの症状があれば冷やしましょう

・肌が赤くひりひりしたら流水で冷やしましょう。10~30分くらいかけて、水道水などの流水を直接患部にかけます。その際、水ぶくれがあれば、なるべく破らないようにしましょう。

・氷や氷のうを直接患部にあてると、皮膚が冷えすぎてしまい、凍傷を起こすこともあるので注意しましょう。

・低温やけどは皮膚の深いところまで達することがあります。万が一、低温やけどが起きたときは、早めに医療機関を受診するようにしましょう。



《 年末年始の営業について 》

R2年

12月29日(火) 9:00~12:30

12月30日(水)

12月31日(木)

お休み

R3年

1月 1日(金)

1月 2日(土) 9:00~17:00

1月 3日(日) お休み

1月 4日(月) 通常通り

暖房器具は正しく
使用し、低温やけどに
注意して寒い冬を
乗り切りましょう。



今月の担当は 川内 です

全国の処方箋を受け付けております
お気軽にご相談ください

きりん薬局 原田店

球磨郡多良木町大字多良木2899

TEL 0966-42-6900

FAX 0966-42-6910