

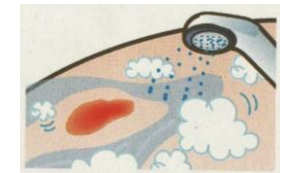
創部の手当てとスキンケア

創周囲の皮膚のスキンケア

創からの浸出液が多い、また臭いがある時は、創周囲皮膚を石鹼で洗います。

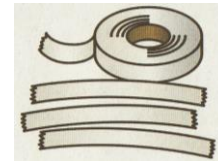
<洗浄の方法>

- ① 低刺激性の石鹼(弱酸性)をよく泡立てます。
- ② 泡立てた泡で創周囲の皮膚をやさしくなでるように洗いましょう。
- ③ 石鹼を洗い流します。シャワーは創に直接当てず、創の上部に当てて流れるお湯で洗いましょう。洗浄には水道水がよいでしょう。
- ④ 乾いた清潔なタオルで水分をやさしく押さえ拭きましょう。



<軟膏の使い方>

- ① あらかじめ必要な包帯やテープは準備しておきます。
- ② ガーゼまたは綿の布に創の大きさとほぼ同じ範囲に軟膏を延ばします。
- ③ 創にガーゼをのせて包帯を巻きます。
包帯の巻けない部位はテープで固定します。



スキンケア

乾燥した皮膚はスキントラブルの原因となります。

日ごろからスキンケアを心がけましょう。

● お風呂

熱い湯での入浴や長湯は皮膚のかさつき、かゆみを誘発しやすいため避けましょう。

洗浄力の強い石鹼の使用や過度のあかすりは皮膚が乾燥する原因となります。

石鹼は低刺激(弱酸性洗浄剤)のものを使用し、こすらず、よく泡立てて優しく洗いましょう。

● 保湿剤の使用

濡れたままの皮膚は水分の蒸発量が増すため、早めに拭き取り、入浴後には保湿剤を塗ると良いでしょう。

● 衣服について

皮膚への刺激を避けるために柔らかい素材の衣服が良いでしょう。

