

# 低温やけどについて

## ●低温やけどの症状●

やけどは、皮膚がどの程度ダメージを与えられているかに応じて1～3度までの症状に分けられています。

**軽い症状（1度）**の場合は、ヒリヒリとした痛みと、うっすらとした赤みができる。

**中度（2度）**の場合は強い痛みや赤み、水ぶくれが発生する。

**ひどい場合（3度）**は、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。

## ●低温やけどの原因・なりやすい人の特徴●

低温やけどは、体温より少し高いくらいの熱を持つものに長時間当たり続けることが原因です。

皮膚の薄い高齢者

寝返りができない乳児

知覚や運動能力に麻痺がある方

糖尿病などで手足の循環が悪い方

泥酔している方

体の感覚が鈍くなっている方



## ●低温やけどの原因になるもの●

「湯たんぼ・電気あんか」

就寝時に湯たんぼや電気あんかが足に触れたまま眠ってしまい、翌朝水ぶくれが出来てしまうケースが多いようです。

特に足は他の部位に比べて知覚が鈍く、皮膚のすぐ下に骨があることから血管が圧迫されやすく、身体が熱を分散しにくいので低温やけどになりやすいです。

「使い捨てカイロ」

カイロをあてた場所をガードルやサポーターなどで圧迫してしまうと血流が押しえられてしまい、皮膚の温度が上がってやけどを引き起こしやすくなります。

また、靴下用カイロを靴を履かずに使用したり、他の部位に使用したりすると、思った以上に高温になる場合があります、それが原因で低温やけどが引き起こされる場合もあります。

「電気毛布」

一晩中使用してしまうことにより低温やけどを引き起こす場合があります。



## ●低温やけどになった時は●

低温やけどになってしまった時は、軽症か重症か分からなくても、**必ず医療機関を受診**しましょう。

低温やけどは、民間療法や自己判断ではなかなか治しにくいやけどです。間違った処置をしたり、下手に放置してしまうことで、重症化したり感染症にかかってしまうこともあります。

医師に判断を仰ぎ、適切な治療を受けましょう

使い方を必ず守り、低温やけどを予防して寒い冬を乗り切りましょう。