

やけどの話

あけましておめでとうございます。今年もこのコラムをよろしくお願ひします。寒い季節が続いています。暖房器具が大活躍のこの時期、やけども要注意です。今回はやけどの初期対応について。

さて、やけどは何度で起こるかご存知でしょうか？45℃程度（湯たんぽ？）の低温では6~7時間、60℃（お茶？）では約10秒、70℃以上（カップ麺？）では1秒で深部まで達する高度な熱傷となります。やけどは面積と深さによって、重症度が決まります。表面が赤くなっただけの手のひらより狭いやけどであれば、通常1~2日で赤みはとれて、自然回復します。やけど直後から強い痛みを感じ、水疱を形成する場合、皮膚深部まで到達しているやけどの事が多く、このレベルであれば病院受診となります。

ではいよいよ初期対応です。やけど

皮膚は表皮→真皮→皮下組織で構成されており、ここで言う深部とは皮下組織までのやけどをいいます。

アメリカの皮膚科学会から

自宅でヤケドをしたときの提言

- ・冷水等で痛みがひくまで冷やし続ける
- ・ワセリンを日に2-3回ぬる
(歯磨き粉、バター、抗生剤軟膏はぬらない)
- ・患部に張り付かない滅菌済みの包帯で覆う
(水疱ができたらずぶさずに)
- ・鎮痛剤をのむ(鎮痛剤には消炎効果もある)
- ・傷が治ってきても患部を日光には当てない
(日焼けで炎症が長引き、跡が残りやすくなる)

だそうです。

アメリカの人って、ヤケドしたらバター塗るときがあるんだ、
保護効果？

痛みは結構長引くので、ヤケド直後から保冷剤を当てて
痛みが引くまで（数時間）冷やし続けることが大事。

跡が残るから日焼けしない、は斬新な感じ。

軽そうなヤケドでも、範囲が広がったり、赤ちゃんだったり
したら病院受診をお願いします