



つばさだより

No.242

2015年1月



つばさ薬局 多賀城店	☎022(366)8001	吉川店	☎0229(22)7010
長町店	☎022(308)5711	泉店	☎022(772)1571
船岡店	☎0224(58)1065	若林店	☎022(289)8777
中新田店	☎0229(64)1888	松陽台店	☎022(361)9444
松島店	☎022(353)2990	こごた店	☎0229(31)2550
玉川店	☎022(365)2838		

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

皆様には、日頃つばさ薬局をご利用いただき、職員一同心から御礼申し上げます。

昨年は、7月に集団的自衛権行使容認の閣議決定や12月に特定秘密保護法の施行がありました。これらは、国民主権、恒久平和、基本的人権を謳う日本国憲法を否定するものです。12月14日には総選挙もありました。この結果により、今年は、憲法改正など戦争をする国づくりが加速する恐れがあります。また、昨年は医療介護総合確保推進法が成立し、医療からの追い出しや介護の打ち切りなどがすすめられようとしています。しかし、沖縄での県知事選挙と総選挙で表わされたように、多数の国民が微力を合わせれば政府の暴走を食い止めることも可能だと思えます。私たちは、国民のいのちと健康、暮らしを守るために、今年も地域の方と社会保障の充実と平和を求めて運動していきたいと思えます。

つばさ薬局では、処方箋調剤だけでなく、薬の相談やセルフメディケーション支援、在宅患者様の薬の管理などを行っています。超高齢社会においては、これらの地域での活動をさらに強化することにより地域の皆様の健康づくりに貢献していきたいと思えます。

まもなく東日本大震災から4年になりますが、原発事故処理や復旧・復興が遅れています。私たちは、引き続き被災者の支援に取り組んでいきたいと思えます。

本年もよろしくお願いたします。



みやぎ保健企画代表取締役 金田早苗

毎日寒い日が続いています。暖房器具は暖かく、生活を快適にしてくれますが、やけどの危険が多くなります。今月は特に冬の期間に多い低温やけどについてです。

低温やけどとは



低温やけどは、心地よく感じる程度(体温より少し暖かい温度)の熱源に、皮膚が長時間接触することで発生するやけどです。低温やけどの特徴は表皮や真皮の下の皮下脂肪層に及ぶ、深いやけどになることです。通常、皮膚(真皮)は血流に富んでいて、皮膚表面はある程度冷却されますが、皮下脂肪層は血流が乏しく、冷却されにくくなります。従って、低温の熱源に長時間接触することで皮下脂肪層のほうで損傷が強くなります。

◎低温やけどになりやすい熱源の種類

湯たんぽ(頻度一番多い)、使い捨てカイロ(特に貼るタイプ)、ホットカーペット、電気毛布、温風ヒーター、こたつなど

◎熱源の温度・低温やけどの症状出現までの時間

50℃ ⇒ 3分程度

46℃ ⇒ 30分～1時間程度

45℃ ⇒ 3時間程度

44℃ ⇒ 6時間程度



高齢者や糖尿病で手足の血流循環が悪い方、知覚や運動神経に麻痺がある方、泥酔している方などが痛みなどに気付きにくく、また寝返りのできない乳幼児などが同じ姿勢で熱源に触れた状態になってしまうため、低温やけどをしやすくなります。

近年ではノートパソコンをひざの上で長時間使用し、本体底面部からの放熱で低温やけどをする方もいますので注意してください。

やけどは、次の表のように熱による障害が皮膚のどの深さまで及んでいるかで分けられます。

やけどの深さ	やけどの症状
1度	皮膚の表面の層に障害を受けた状態。ひりひりした痛みと赤みが発生。火傷のあとを残すことなく治ることが多い。
2度	(浅い)強い痛みと赤み、水泡が発生。あとは残りにくい。 (深い)水泡が発生。その下の皮膚が白くなる。 あとが残りやすい
3度	皮膚の全ての層が壊死。血管や神経の損傷感覚が失われることもある。あとが残る。

低温やけどの場合には深い2度の症状になることが多くなっています。受診後の早い時期には浅いやけどのように見えても、時間が経つにつれて皮膚の内部や皮下脂肪等が壊死し、深いやけどに気づきます。

● 低温やけどの治療

通常をやけどでは被覆材(ハイドロコロイドなど)による湿潤療法で効果がありますが、低温やけどの初期には湿潤療法はあまり効果がなく、原則保存療法となります。これは症状をそれ以上悪化させないように、ワセリン軟膏を使用したりして、乾燥を防ぎ様子を見る療法です。

患部を冷やしながら様子を見て、水泡ができている場合は、水泡を破らず早めに受診することが第一です。

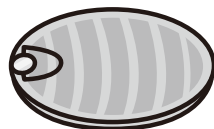
医師の治療を受けた場合、保存療法を2週間程度続けたあと、やけどの大きさや皮膚の壊死が起きているかにより、最終的な治療法が判断されます。

低温やけどを防ぐには

- ① 体の同じ部分を長時間温めない。
- ② 使い捨てカイロは肌に直接貼らず、衣類での圧迫を避ける。
- ③ 就寝時は湯たんぽを布団から出し、電気毛布などの暖房器具の電源は切ってから寝るようにする。
- ④ 暖房器具を使用する人の状態によっては、周囲の人が注意する。

湯たんぽの使い方(低温やけどを防ぐために)

- 湯たんぽの低温やけど対策用品が市販されているのでそれを使用する(立てて使うタイプもあり、あえて足を置きにくくしているのもあります)
- 介護者や保護者の方が周囲にいる場合、湯たんぽが体の同じ部分に触れないように、時々位置を変えて下さい。
- 必ずしもやけど防止ではありませんが、専用カバーをつけたり、厚手のタオルを巻いたりすると、表面温度が下がり、低温やけどが生じにくくなります。
- 必ず製品の取り扱い説明書を確認し、本体の劣化等がないか確認して下さい。



参考資料：消費者庁ホームページ
通信病院ホームページ

※下記の日程で行いますので、栄養相談を受けたい方、詳細のお問い合わせは最寄りの店舗までご連絡下さい。

2月の無料栄養相談予定 (各店10:00~12:00開催です)

- | | | |
|--------------|---------------|---------------|
| ● 2日(月) ことた店 | ● 4日(水) 玉川店 | ● 6日(金) 多賀城店 |
| ● 10日(火) 若林店 | ● 12日(木) 中新田店 | ● 16日(月) 松陽台店 |
| ● 18日(水) 長町店 | ● 20日(金) 泉店 | ● 24日(火) 松島店 |
| ● 26日(木) 古川店 | | |