

うのき薬局 かわら版

～低温やけどに注意しましょう～



「寒さ対策のカイロを長時間貼っていたら貼った部位が赤くなった」といった皮膚トラブルは実は「低温やけど」かもしれません。「低温やけど」と聞くと、高温でのやけどより症状が軽いと思う人も多いかもしれませんが、ジワジワと症状が進行するため、本人が気づかぬうちに重症化することもあります。今回は、低温やけどの原因や症状、低温やけどかもしれないと思った時の対処・治療法についてのお話です。

「低温やけど」とは？～原因と症状～



比較的低い温度(44度～60度)のものに長時間触れることで起こるやけどのことを言います。例えば、湯たんぽ・カイロ・ホットカーペットなどをずっと同じ姿勢で使い続けた時などに起こりやすくなります。

低温やけどは、その症状の出かたにも特徴があり、始めは皮膚の赤みやヒリヒリ感などの自覚症状のみで、見た目は軽いやけどです。しかし、実際は長時間温かいものに触れていたことで、皮膚が大きなダメージを受けて、徐々に水ぶくれができ皮膚がただれるという症状が現れます。

<実際の写真>

I < II < IIIの順に症状が重くなります



低温やけどⅠ度



低温やけどⅡ度



低温やけどⅢ

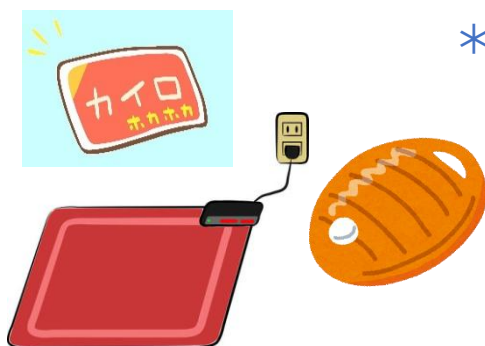
(裏につづく)

対処・治療法について



やけどをしても範囲が狭く、皮膚が少し赤くなっていて、ピリピリとした痛みを感じる程度であれば、十分に冷やす（10度前後の流水などに30分ほどさらす）だけで、通常翌日には症状は消えますので、医療機関に行く必要はありません。しかし、水ぶくれができるような重いやけどの場合は痛みを感じないからと言ってそのまま放置すると、皮膚がどんどんと黒く壊死(細胞が死ぬ事)してしまうので、すぐに医療機関にかかって治療をしてもらいましょう。

低温やけどを防ぐための注意点



*カイロ、湯たんぽ、ホットカーペットは眠る前に寝具を温めるために使って眠る時には使わないようにする。

*防寒グッズ、暖房器具を使用する際は、説明書に記載された正しい使用方法を守る。



低温やけどは冬場などに、誰にでも起こりうる身近なやけどです。特に、乳幼児や高齢者、糖尿病などで神経障害がある方は、低温やけどを負うリスクが高いです。

また最近では、スマートフォンが熱をもった状態で、そのまま使い続けていたり、ズボンのポケットに入れて、手や足に低温やけどを引き起こしてしまった報告もあります。

防寒グッズ・暖房器具などを使用する際は充分注意し、低温やけどを疑ったら迷わず医療機関を受診しましょう。

