



けんこう情報



やけど

「やけど」をした時は、一刻も早く患部を冷やしましょう。

「やけど」をした時は、とにかく早く患部を冷やすことが大切です。「やけど」をしてから患部を冷やし始めるまでの時間が、その後の「やけど」の回復に大きな影響を及ぼします。落ちついて、「とにかく冷やす」ことを心がけましょう。

●冷たい水などで痛みがなくなるまで冷やしましょう。

「やけど」をしてしまった時には、できるだけ早く冷たい水で患部を冷やしましょう。冷水がない場合は、水道の水、川の水、濡れタオル、水筒の水やジュース、氷、クーラーボックスに入れる保冷剤など、とにかく少しでも冷たいものを用意して、痛みがなくなるまで30分以上は冷やすようにしましょう。



また、衣服を着た状態で「やけど」を負った場合は、脱ごうとする間に熱がどんどんと伝わって重症化することにもなりますので、衣服の上から水をかけるなど、早く冷やすことの方が大切です。

●広さと深さで「やけど」の重症度が判断できます。

「やけど」の程度は、その広さと深さで判断します。

- 「やけど」の広さ：体表面積の何%に当たるかで判断します。手のひらの広さは体表面積の

約1%に当たります。広さ約1%以上のやけどは、軽度でも医療機関の治療を受けるようにしてください。

- 「やけど」の深さ：「深さ」による「やけど」の重症度は、1度から3度までの3段階に区分されます。
 - ・1度の「やけど」：皮膚が赤くなりヒリヒリ痛む程度の「やけど」。傷あとも残らず、数日で治ります。
 - ・2度の「やけど」：水ぶくれができるのが特徴です。広さが手のひらの半分以上ある場合は、医療機関へ行く必要があります。25%以上になると命にかかわります。
 - ・3度の「やけど」：深い「やけど」で、皮膚はなかなか再生せず、傷あとが残ります。広さが10%以上になると命にかかわります。

●「低温やけど」にも注意しましょう。



「低温やけど」は40～50℃の比較的低い温度の熱に長時間皮膚が接触した時に起こります。例えば使い捨てカイロや床暖房、電気アンカでも、気づかないうちに皮膚の深いところまでやけどする場合があります。

があります。

お年寄りや、痛みを感じても自由に動けない病人や赤ちゃんには十分に注意してください。



水ぶくれができたときは、決して破ってはいけません。破ると痛みが増し、細菌などが感染しやすくなりますので、注意が必要です。