

在宅での褥瘡予防最前線

早期対応でQOL向上を目指そう

褥瘡は発生してしまうと治療に時間も負担がかかります。利用者にも介護者にも負担がかかります。まずは何よりも予防が一番！今回は在宅における褥瘡予防について、福祉用具の活用などケアマネジャーに知ってもらいたいポイントを分かりやすく解説します。

Part 1

褥瘡の予防・治療を継続するために取り入れるケアプラン



執筆 ▶

山口みどり ● なごみ訪問看護ステーション
皮膚・排泄ケア認定看護師

予防編①

福祉用具の選定と早期に導入するポイント

褥瘡発生の要因の一つに外力による圧迫・摩擦・ずれがあります。皮膚の皮下組織に血流障害が発生し、一定時間経過することで皮下組織が壊死に陥り褥瘡が発生します。人は健康であれば睡眠時であっても不快な外力を自力で除去し、自動的に褥瘡発生を予防する能力を備えています。しかしこの自力体位変換をする能力が何らかの問題で失われ、外力を自力で除去できなくなって一定時間が経過すると褥瘡の発生につながります。

「障害高齢者の日常生活自立度」がB1以上、車いすに乗るレベル以上に自立度が低下した場合に褥瘡予防対策を行うことが重要です。早期に体圧分散寝具や車いすクッションの導入と変更がポイントになります。特に退院時の段階で導入が必要な場合は、そのタイミングを見逃さないことです。その理由は在宅に戻ってきた場合に、改めてマットレスの交換をするのは利用者にとって環境の変化につながりますし、交換に際する人手が必要になることも考えなくてははいけません。そのため褥瘡予防の

観点から、体圧分散寝具は早期の段階から導入することがポイントだといえます。

体圧分散寝具については現在、多種多様になっています。静止型マットレス・圧切り替え型マットレス・自動体位変換機能つき・ギャッジアップ時の背抜き対応などさまざまな機能が搭載され、利用者のリスクに応じて選択する幅が広がっています。選択する際は、福祉用具専門相談員や訪問看護師、理学療法士等に相談しながら適切な体圧分散寝具を導入することが褥瘡予防のケアプラン作成のポイントだと考えます。

予防編②

ずれや摩擦を予防する技術の継続

褥瘡予防には、皮膚の摩擦をなくすこととともに、家族、介護者の身体負担を軽減することが重要です。そのためスライディングシートや介助グローブ（写真1）を使用した外力除去の技術も重要です。スライディングシートはご家庭では滑りのいいゴミ袋で代用することも可能です。これらを用いることで家族や介護者に負担にならぬように、「ずれ力」が簡単に除去できるようになります。