

# 第 63 回在宅ケアネット渋川 講演会レポート

〔日時〕 3月8日(金) 19:00~20:15 〔会場〕 プレヴェール渋川

〔講師〕 在宅創傷スキンケアステーション

代表/皮膚・排泄ケア認定看護師 岡部 美保 氏



参加者内訳人数	
職 種	計
医師、歯科医師、薬剤師	5
看護職(保健師・看護師)	42
精神保健福祉士・SW・相談員	2
PT/OT/ST	3
介護支援専門員	3
介護職	7
事務(行政含む)/その他	4
合計人数	66



## 洗浄の スキンケア

- 弱酸性の泡状皮膚洗浄剤を選択
  - 乾燥が強い場合は、洗浄剤による洗浄を抑える、あるいは保湿剤配合の洗浄剤を選択
  - 洗浄時は、たっぷりの泡でやさしく、手のひらで洗う
  - 洗浄成分が残らないように微温湯でよく洗い流す
  - 水分のふき取りや拭拭時は、押さえ拭きをする
- 高水圧は避ける  
高温湯や長時間で頻回な入浴は避ける(適温は37~39℃程度)

## 保湿・保護の スキンケア

- 低刺激性でローションタイプなどの伸びが良い保湿剤を1日2回
  - 保湿剤は、無香料、無添加のもの
  - 皮膚に摩擦が起こらないように毛の流れに沿って押さえるように塗布
  - 入浴時に、保湿入浴剤の使用や上がり湯に保湿成分入りの湯を使用
  - 非固着性ガーゼを使用する場合
- ① 医療用テープの使用はできるだけ避ける  
② 包帯、筒状包帯などで固定
- 包帯などを巻く場合、上下肢の保持は上から強く握らない
  - 着しい脆弱皮膚の場合は下から支えるように保持する

【講演資料より抜粋】

今回は「在宅におけるスキンケア～ケアに悔やむ前に～」と題して岡部美保先生にご講演いただきました。高齢者の肌は傷つきやすく、治りにくい特徴があります。傷の予防や、悪化させないためには、対象の方に合わせて洗浄剤や保湿剤、保護剤を選ぶことが大切とのこと。また皮膚を護るためには継続したケアが必要で、そのために対象者の皮膚の状態やライフスタイルをしっかり評価し、無理なく継続できるケアをご本人・ご家族と話し合うそうです。対象者に寄りそったケアを大切にされているのを感じました。

質疑応答では、現在皮膚トラブルで悩んでいる事例に対しての具体的なアドバイスも頂けました。できてしまった傷をケアすることも大切ですが、傷を作らない・予防するためにケアをするという視点は、新たな学びとなりました。

〔参加者の感想（一部抜粋）〕

☆保湿が必要か、保護が必要かのアセスメントをしっかりやらなければと思いました。毎日できるケア、継続できるケアをご本人・ご家族と一緒に考えていきたいと思いました。

☆創傷部分のケアだけでなく、その周囲のケアも大事なのだと思いました。

☆スキンケアの難しい方法だけを教えてもらうような勉強会でなく、見たことのある皮膚に対しての処置を教えてもらえて良かった。治療だけでなく、予防が大切だと思えた。

☆普段気にかからないことが原因で、傷や褥瘡になってしまったということが新たな学びになりました。処置をするにあたり、自己の治癒力もいかしながら、これからケアができていけたらと思いました。