

# 医療法人林小児科循環器科 病児保育園バンビより 医療情報提供 春号

～こんな時どうする？ちょっとしたケガへの対応～

## 前文

コロナウイルスの影響で緊急事態宣言から、新規に入園する児童、新規採用となった職員の方、従来の方々も含めて混乱もあるでしょう。5月末あたりから緊急事態宣言解除の方針がささやかれている状況となっています。自粛リバウンドという言葉もあるように、自宅から外に出ると、児童は動き回ることが予測されます。どうしても、ちょっとしたケガや病気が増えていくことが予想されます。

今回はそんなちょっとした“ケガ”に対して、どうやって対応するか・・・例えば、消毒が必要かどうか、そのように対応していくのかななどを簡単にお伝えします。

## ～消毒は必要？～

昨今、消毒の必要性は議論されています。

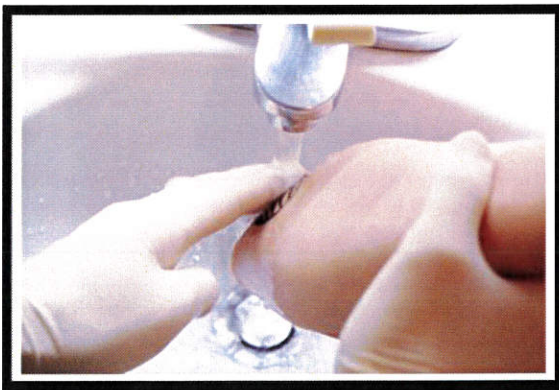
手指消毒（手指衛生を保つ）はもちろん感染防御の観点で非常に重要とされています。

しかしながらケガをしたときの消毒は必要でしょうか？

答えは“**必要ない**”です

昔から消毒薬として有名な“マキロン”“イソジン”いずれも傷の組織障害をおこすため、傷の治りを遅くします。

（傷の消毒を行うと、“しみる・痛い”という経験をされたことがあると思います。これらは組織障害を起こしているといえるのです）



傷にばい菌がはいっているのではないかと心配になる方も多いと思いますが、細菌が傷に固着し、そこで増殖することで初めて感染が起きるのです。

感染が起きるのにある程度の時間が必要になります。すなわち、感染が成立する前に傷をきれいに水で当たってあげるだけで、感染のリスクは下がるといえます。

また、消毒薬の話をしてしましますが、消毒薬の中でも殺菌時間が長いといわれているものは“イソジン”ですが、そのイソジンでも殺菌時間は3時間ほどといわれています。すなわち、1日1回の消毒では3時間だけの効果しかなく、傷を完全に無菌にするのであれば、1日8回も消毒しないといけないということになります。1日1回の消毒では、ほか21時間は消毒していない状況と全く同じ状況になるため、組織障害を考えると、消毒しないほうがよいということになります。

ではどうするのがよいかというと、水道水（流水）できれいに洗うということです。

洗うということで傷口に水が入って同じく“しみる”・痛い“という状況になりますが、水が傷に入ることによって、細胞内に水が入り痛みを起こしている状況で、薬剤による組織障害があるわけではないので、よほど、傷にはいい状況といえます。

水であらう目的は多くは傷の確認と、傷の周りの異物を取り除くというのが主眼です。異物（多くは砂やほこりでしょうか？）がないことを確認できれば、水で洗うことは終わりにして、きれいな布やタオルで水分をふき取ります。

消毒は必要なく、これで十分と考えます。



## ～傷をきれいにした後は極力湿潤療法で～

傷をきれいにした後は昔はガーゼなどを使用して、傷を乾かしていたでしょう。

最近では傷は乾かさず（ドライヒーリングせず）、湿潤療法（モイストヒーリング）が推奨されています。

ガーゼは浸出液などを吸収し乾かすことしかできないため、最近では使用を推奨されていません。傷から出る浸出液が傷を早く治す（細胞の増殖を促すことができる）とわかってきたからです。なので、傷をきれいにした後は極力被覆材を使用して、傷の保護をすることがよいと考えられています。



左から傷パワーパッド、ハイドロコロイド包帯、プラスモイストです。現在市販されているものの中で比較的手に入りやすいものと思われます。

ただ、これらの被覆材は値段に差はあれ、それなりに高価なものになります。

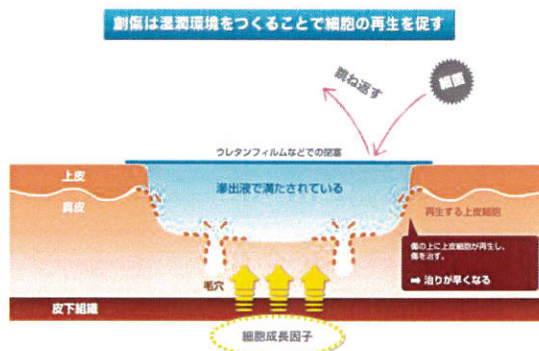
見た目にこだわらなくてもよいのであれば、日用品の中でかつどこでも基本的にはないということは少ないもので代用することができます。

右の図のように、はったものの中が液体で満たされ、蒸発しにくくしてあげればよいのです。

サランラップを使用することで、湿潤療法を施行することができます。欠点は見た目でしょうか。上述の被覆材などに比べると、出来上がりの見た目はかなり劣ってしまいます。（傷の治りという意味ではそれほど差はありませんが）



閉塞性ドレッシング(湿潤療法)



サランラップの使い方はラップをきれいになった傷にあてるだけです。ただ、傷の深さ的に浸出液が少ない場合はワセリンなどの軟膏を塗布して使用したほうが良いときもあります。

判断が難しい場合は前例にワセリンを使用する形でも問題ないと思います。

あとは余分な浸出液を被覆材と違って吸収しないので、それを吸わずことのできるガーゼなどを上から充てればいだけとなります。

## 医療機関を受診するタイミング

医療機関を受診するタイミングに関しましては各施設に決まりがあると思いますので、細かなことをこちらから提案するつもりはありません。

ただ、多くの傷は上記の治療で治っていきます（実際同様の処置を医療機関でもすることも多いです。）なので、絶対に医療機関が必要な状況というのは

- ①出血が止まらない場合
  - ②どれだけきれいにしても、砂や泥が傷に残っている場合
  - ③数日して腫れや痛みが出てきた場合
  - ④縫う必要があるかもしれないと考えられた場合
  - ⑤状況的に骨折等が疑われる場合
- でしょう。参考にいただければ幸いです。