

# 脊髄損傷者のための褥瘡予防パンフレット

2024.3.1  
神奈川リハビリテーション病院  
褥瘡対策委員会

## 1. 褥瘡ってなんでできるの？

直接の原因は…皮膚への持続的な外力

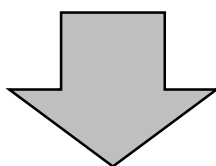
危険因子は？

- ・身体可動性の減少
- ・局所の血流の減少(糖尿病、低血圧、喫煙)
- ・皮膚の湿潤・外傷
- ・貧血や低栄養など全身状態の不良
- ・関節拘縮
- ・肥満や痩せ
- ・高齢

外力  
(圧迫とずれ)

動かない  
動けない  
動かす人がいない

皮膚が弱い状態や  
弱くないやすい環境

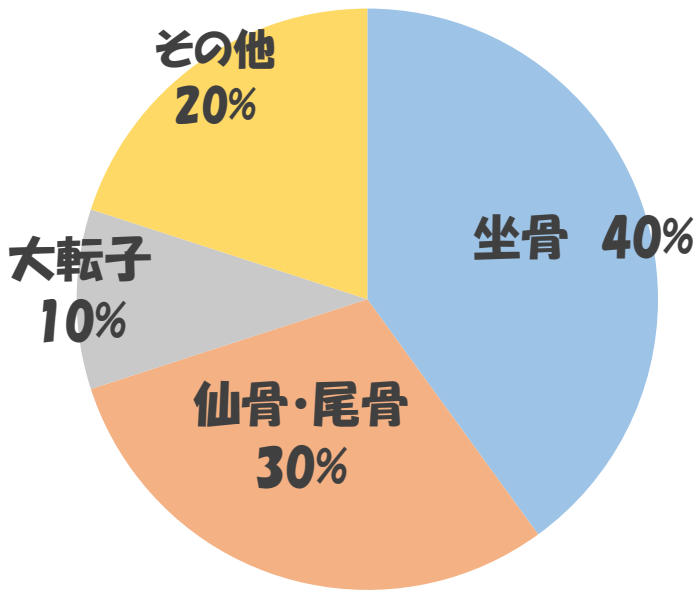


褥瘡発生！



## 2. 褥瘡が起きやすいのはどこ？

当院のデータでは・・・

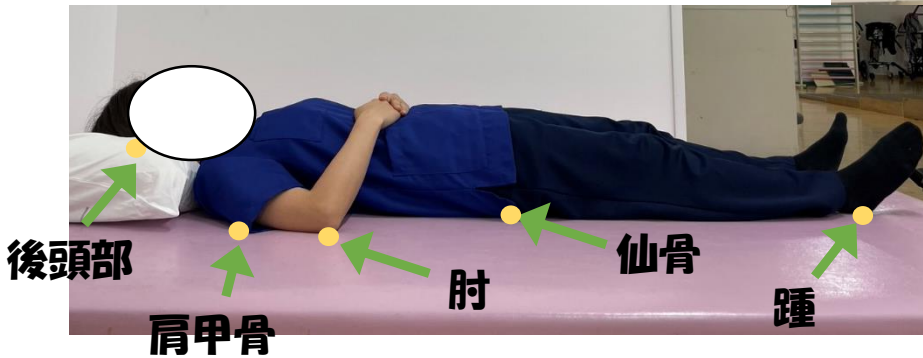


好発部位は  
姿勢によって異なります

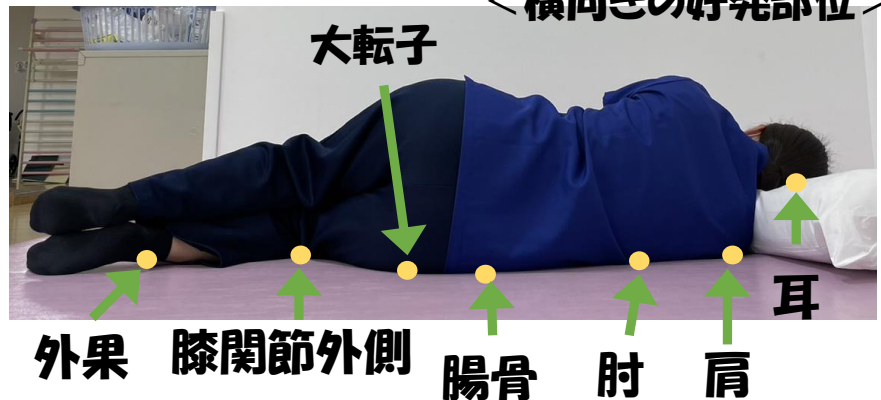
<座位の好発部位>



<仰向けの好発部位>



<横向きの好発部位>



### 3. 褥瘡がしやすいのはどんな場面？

**便座、浴室、自動車**

長時間の同じ姿勢や  
皮膚の蒸れた状態

**体調不良時**

肺炎、尿路感染などで  
動けない

**傷ができたとき**

激突、転落、  
引っかき傷など

**慣れない場所に座るとき**

硬いところや  
凹凸のある所など

### 4. 予防のポイント

#### ポイント 1

**同じ姿勢を取り続けない**

除圧動作は無意識のうちに頻回ににできるくらいが望ましい

#### ポイント 2

**良好な皮膚の状態を維持する**

排泄コントロール、入浴、皮膚チェック(毎日見て触って確認)がポイント！

#### ポイント 3

**体調管理**

適切な食事、睡眠を十分にとる

#### ポイント 4

**道具を適切に使用する**

ベッド、マットレス、車椅子、クッションなどを定期的にチェックする



**傷を発見したらすぐに  
主治医の受診をしましょう**

# このような場合はご相談ください

乗り移いでぶつかったり、  
落ちたいする

車椅子に座ると  
姿勢が崩れる、疲れやすい



クッションが適切か不安

ベッド、マットレス、  
クッション、車椅子が  
使いにくい

お困りのことがあれば  
主治医にご相談ください

