

低温やけど

冬場はついつい暖房器具に頼りすぎになってしまいますね。しかし、そんな暖房器具にも思わぬ落とし穴が……。(∴∴∴)

知識編

～低温やけどってどんなの?～

発症

通常のやけどは発症の段階がわかりやすいものです。しかし、低温やけどは人が温かいと思う程度の温度でも長時間あたることで発症してしまいます。そのため、発症していたとしても初期段階では気づかないことが多いようです。



症状

見た目はそれほど深刻に見えない場合が多く、皮膚が赤くなるぐらいであってもかなり重症になっているおそれは十分にあります。ひどい場合には皮膚が壊死してしまい手術が必要になることもあります。

処置

やけどした部分が熱いときはすぐに冷やしましょう。しかし、熱さを感じないまま、気がついたらやけどが進行していたということもあるかもしれません。いずれの場合も独断で処置をせずに病院に行きましょう。

生活編

～日常生活と低温やけど～

人がちょうどよい温かさだと思っていても低温やけどになるおそれは十分にあります。寒さの厳しくなる冬には、こたつ・湯たんぼ・カイロといった、暖を取る際におなじみのもので発症してしまうことが多いようです。暖房器具以外にも熱を持ちやすいものには注意が必要です。

また、低温やけどは部位によって発症頻度が違い、脚に発症してしまうケースが多いようです。ただし脚に限らず知覚の鈍い部分は熱さを感じにくいので気をつけましょう。

こんな状況に要注意

- ・ストーブを同じ部位にあて続ける
- ・こたつのヒーターをつけたまま居眠りをする
- ・ノートパソコンを膝の上で使う
- ・使い捨てカイロを同じ場所に貼りっぱなしにする
- ・泥酔した状態で暖房器具を使用する

◇ 低温やけどの対策 ◇

大事なことは長時間温かいものに肌をあて続けないことです。触ってすぐに温かいと感じるようなものにも注意しましょう。また、感覚が鈍くなっている状態も低温やけどになりやすいといえます。

普段の生活では次のようなことに気をつけましょう。

- ・寝る前に暖房器具の電源を切る。またはタイマーをセットしておく
- ・同じ所を温め続けない
- ・暖房器具の温度設定をなるべく弱めに設定する
- ・泥酔した状態で暖房器具を使用しない

