



# リハビリテーションだより 5月号

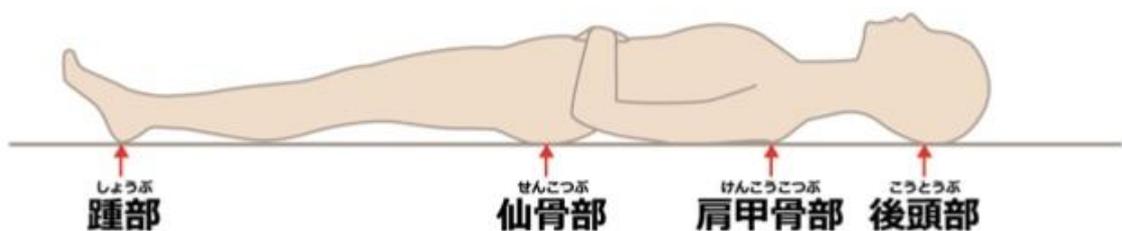
## ～褥瘡について～

今月は褥瘡についてリハビリテーションの目線から紹介します！！

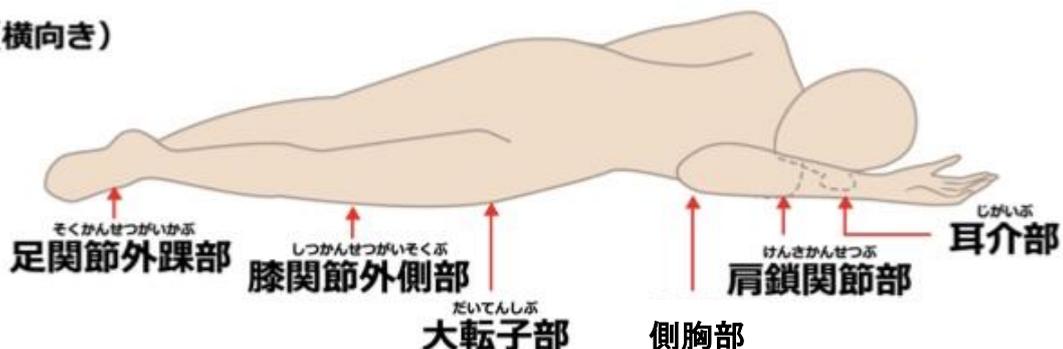
褥瘡とは一般的に『床ずれ』とも言われています。  
 長時間同じ体勢で過ごすことで身体の一部が圧迫され、  
 血流が悪くなり栄養が滞ってしまうことで、  
 皮膚に赤みがでたり傷ができてしまいます。

褥瘡が発生しやすい部位→骨が突出した部位によく発生します。

ぎょうがい  
■ 仰臥位 (仰向き)



おうがい  
■ 横臥位 (横向き)



褥瘡予防のために 長時間圧が、かからないようにすることが重要



同じ部位への圧迫を長時間さけるため、

定期的に(2時間に1回)体位変換を行います。

また除圧マットを使用したりクッションを使用して

ポジショニングを行うことで除圧できます。

例えば、、、、

車椅子で座って過ごすことの多い人はお尻(仙骨部)

に褥瘡が発生しやすいいため右図のような車椅子用の

除圧クッションを使用します。

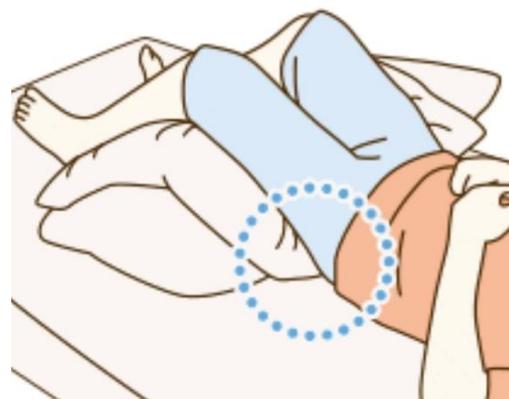


膝関節が伸びにくい人はお尻と踵に褥瘡が発

生しやすくなります。大腿部の重さがお尻と踵

に集中しないように、クッションを右図のよう

に敷きこみます。



褥瘡の予防には上記に加えて日常の動作能力を維持し  
適度の運動を行うことが重要です

体位変換やポジショニングについては、リハビリテーションスタッフ

などにご相談して下さい。