

ここは某病院。
もうすぐ退院の
トメさんに
有山さんが
自宅での過ごし方を
説明しています…

そろそろ家谷さんち
来る頃かな…

こんにちは
訪問看護師の家谷守恵です
よろしく願います！

はじめまして
よろしく願いますね

こちらの病院とは連絡を
取り合っているので
安心してくださいね

まず在宅介護で気をつけたいのが
「床ずれを作らない」ということです。

お家で床ずれができて
また入院される方もいるんですよ

えっ！そうなの？

そっと寝かせておけば床ずれなんて
できないでしょ？

いえ、寝たままの状態が長いほど
床ずれはできやすいんです！

ズバリ！

安静にしていなくてもずっと同じ姿勢で
同じ部位に体重が集中するところは、
床ずれになりやすいんです！
お尻や骨の出っぱった部分にできやすく、
悪化すると化膿してしまうことも…

骨 圧迫

血管
皮膚表面

ふとん

怖いわね…

確かに母さん、私より薄くて
カサカサしてるわね…

トメさんの様な
高齢の方の
皮膚は、薄く
傷つきやすいので
要注意です

そりゃアタの肌は
特に厚いしね…

床ずれになりそうな
サインってあるのかしら？

はい、こんな事があつたら
注意！してくださいね

もしかしてコレって
床ずれ予備軍？

- 寝ている時間が長い
- 食が細くなった
- 自分で姿勢を保てない
- 皮膚に赤みや黒ずみが見られる
- 日常的にオムツを使っている

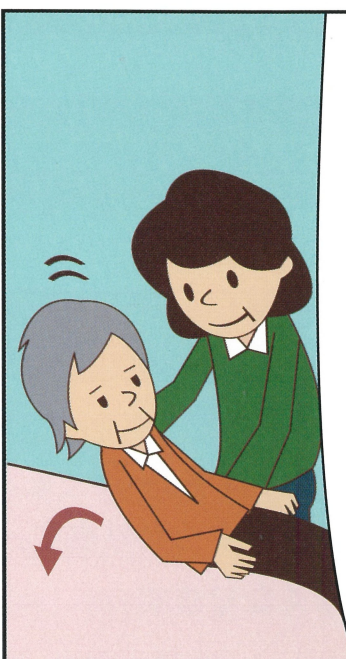
少食になったし
オムツも使うように
なったし心配だわ…

ご心配なく！

床ずれ予防の三原則があるんです

体圧分散

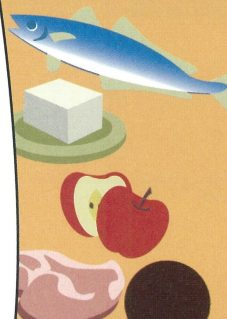
体の同じ部位に長時間、体圧が
かからないよう気をつけましょう！



栄養補給

栄養不足にならないように
バランスよく食べましょう！

たんぱく質
ミネラル



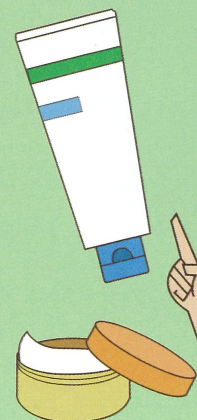
スキンケア

そして洗浄後の保湿と保護も忘れずに！

洗浄

保湿

保護



トメさんはオムツが使われて
いるので、注意すること
をもう少し詳しく説明しますね！

いろいろ大変そうねえ…

私たちがいますから
何でも相談してください

ありがとう、よろしくね♪

