

## ■ やけど … やけどの応急手当

### はじめに

やけどの重症度は〔熱源の温度×接触時間×熱傷範囲〕で決まりますが、重症度の判断は専門医でも難しいものなので、どんなやけどでも大したことがないと甘く見てはいけません。

### やけどの症状と応急手当

#### ■ やけどは傷が深ければ深いほど重症と言えます。

深さには1度、2度、3度という分類があり次のような症状が出ます。

1度（軽症） … やけど部分が赤くなる・ヒリヒリ痛む

2度（中症） … 水ぶくれが出来る・かなり痛む・腫れる・感覚が鈍くなる

3度（重症） … やけど部分が白くなる・痛みも知覚もなくなる

#### ■ やけどを負った面積も重要です。

成人では身体の20%以上、子供では10%以上の面積をやけどすると危ないと言われています。

**両腕 片足 顔全体 胴体の半分**など広範囲のものは**合併症**を引き起こすため危険です！

※ 合併症は程度によって異なりますが、広範囲のやけどでは脱水、血圧低下、意識障害などが起こります。

深いやけどでは皮膚の硬化やそれに伴う運動障害、血流障害、腎障害などが起こります。

### 応急手当

- やけどをしたらすぐに水道水で冷やす。目安は痛みが和らぐまで、15～30分は冷やすこと。水道水がない場合は濡れタオルなどでも構わない。（こまめに取り替えること）
- 水ぶくれ保護のため衣類は脱がさずにその上から水をかける。必要なら衣類は切ること。
- 深いやけど（熱い物に長時間触れた）や広範囲のやけどはすぐに病院へ行くこと。その場合、まず冷やすことが大切。冷やしてから病院へ行くか、冷やしながら救急車を呼ぶこと。

### 注意事項

- × 広範囲のやけどを10分以上冷却すると体温が低下しすぎるので危険。（特に子供）
- × 水ぶくれは潰さないようにし、できればガーゼで軽く覆うようにすること。
- × 深いやけどや広範囲のやけどをした場合、自己の判断で薬や民間療法を試みると治療の妨げとなる恐れがあるので注意する。
- × 氷や氷水での冷却は避けること。他に手段がなければ仕方ないが10分以上冷却してはいけない。



## 低温やけど

---

- 一般的に人は**45度以上の熱**に数秒から数分触れることでやけどをしますが44度以下の熱源でも長い時間(6時間以上)同じ箇所に接触していると**低温やけど**を起こします。  
低温やけどは見た目にはやけどをしていると分からないか、少し赤くなる程度ですが**実は身体の内部でどんどん症状が進行して重症になることが多い非常に危険なものです!**

### ○ 低温やけどを起こす原因

- ・お酒を飲んで泥酔し、電気カーペットの上で熟睡してしまった・・・
- ・湯たんぽを直接肌に当てたまま眠ってしまった・・・
- ・使い捨てカイロを貼り付けたまま運動して汗をかいた・・・

低温やけどの原因として多いのは“暖房器具に長時間触れたままの状態にいること”です。

### ○ 低温やけどを起こしやすい条件

- ・乳幼児、高齢者、身体の不自由な人。寝たきりだったり、寝返りが打てないと特に危険。
- ・皮膚が弱かったり、血流障害がある人。
- ・若い健康な人でも酔って熟睡したり、暖房器具の誤った使い方をすると低温やけどを起こす。

### ○ 低温やけどの予防法

- ・眠る前には暖房器具のスイッチを切るか、タイマーを活用して切れるようにする。
- ・湯たんぽやアンカを使う時はタオルなどで包んで使うようにする。
- ・使い捨てカイロは直接肌に貼ってはいけない。運動時や就寝時も使わないようにする。
- ・こたつや電気カーペットの上で眠らないようにする。

※ 低温やけどは気付いた時にはもうすでに皮膚の深い所まで傷を負っていることが多く冷却してもその効果がほとんど望めません。  
低温やけどが疑われるようならすぐに医師の診察を受けて下さい!