



低温やけどに注意！

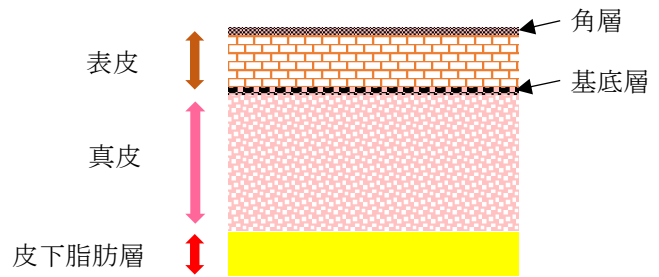


一年間の中でも大寒のころとなる 1 月から 2 月にかけては、寒の底とも言われ、寒さが一段と厳しくなる時期です。寒さを凌ぎ、少しでも暖を取るために、様々な製品が身の回りで使われています。そんな製品の中でも、「ゆたんぼ」「電気あんか」「電気カーペット」「使い捨てカイロ」など人の体に直接接触して温める製品は、室内でも戸外でも大活躍をしています。

しかしながら、使い方によっては、やけど特に「低温やけど」になってしまうことがあります。低温やけどにならないための注意点について取り上げます。^{1)、2)、3)}

やけどと低温やけど

やけどは、皮膚が熱などによって損傷を受けてしまうことです。日本熱傷学会及び日本創傷外科学会の分類によると、皮膚の受ける損傷が、皮膚の部位のどこまで受けているかで I、II、III の 3 つに分けられています。特に II 度のやけどについては、損傷の程度から更に 2 つ分けられています。皮膚の構造と合わせて、下記のようなやけどの分類になります。^{4)、5)}



ヒトの皮膚の構造 模式図

分類	深達層	症状	皮膚の変化	治癒までの期間
I 度	表皮	疼痛	紅斑	1 週間程度
II 度 浅層	真皮中層まで	強い疼痛	水疱 (底部発赤)	1～2 週間
II 度 深層	真皮下層まで	知覚鈍麻を伴う	水疱 (底部白色)	1～2 ヶ月
III 度	皮下脂肪層まで	無痛	水疱なし 炭化あるいは 羊皮紙様	2 ヶ月以上

やけどの原因は、温度の高いものが皮膚に触れるだけではありません。化学薬品などによっても皮膚が同じように損傷を受けてしまうことがあり、化学やけどとなります。

体温より少し高い温度でも、皮膚に触れ続けることでやけどが起きることがあり、低温やけどと呼ばれています。4 4℃では 3～4 時間以上、4 6℃では 30 分～1 時間、5 0℃では 2～3 分で、低温やけどが発症してしまうと言われています³⁾。皮膚に触れたその時には暖かく心地良く感じますが、そのまま触れ続けていると、各個人の皮膚の構造・部位、そして、その部位の感覚・体調など様々な要因から、低温やけどとなることがあります。

低温やけどを防ぐには

特に乳幼児や高齢者では、寝返りをうつことができないなどで同じ体位のままで動けないことから、体温より高いものが皮膚の同じ場所に触れ続けてしまうことになりがちです。更に、皮膚の厚みが薄い場合や、温度を感じる感覚が乳幼児では未発達、高齢者では加齢によりやや鈍くなることで、長い時間にわたり、皮膚が高い温度にさらされることとなります。そのために皮膚の深い部分まで熱が到達してしまふことがあり、低温やけどが重いやけどとなることがあります。

低温やけどを防ぐには、暖まったら定期的に触れている器具の位置を変える、体の位置を変えるなどを行うことで、同じ部位が触れ続けられないようにしましょう。また、周囲にいる人も気を付けてあげましょう。低温やけどは、見た目よりもやけどの程度が重症である場合もありますので、皮膚の異常な痛みや違和感など様子がおかしいと思ったら、医師に相談することも必要です。^{1)、2)、3)}

- 1) 「重症になることも 湯たんぽによる低温やけどに注意」、国民生活センター
https://www.kokusen.go.jp/mimamori/mj_mailmag/mj-shinsen328.html
- 2) 「Vol. 476 電気カーペットや湯たんぽによる低温やけどに注意!」、消費者庁
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/project_001/mail/20191107/
- 3) 「Vol. 351 2月25日号 「低温やけどの事故」 製品評価安全機構 (N I T E)
https://www.nite.go.jp/jiko/chuikanki/mailmagazin/2019fy/vol351_200225.html
- 4) 「熱傷(やけど)に関する簡単な知識」、一般社団法人 日本熱傷学会
<http://www.jsbi-burn.org/ippan/chishiki/preventive.html>
- 5) 「やけど(熱傷)」、一般社団法人 日本創傷外科学会
<https://www.jsswc.or.jp/general/yakedo.html>