

●健康一口メモ●

3ヶ月ほど前にできた足のすり傷がいつまで経っても治りません。毎日消毒をしていますが専門科を受診した方がよいでしょうか。

けがをされてから今まで一度も傷口を洗っていないとのことですが、それでは傷の辺りにカサブタやアカなどがどんどん溜まり、それが細菌の巣になります。また消毒薬は傷を治すための大切な細胞成分を傷めてしまうためにますます傷が治らないという悪循環に陥ってしまいます。

今日から消毒を一切中止して、毎日シャワーと石鹸で傷口をやさしく洗ってみてください(日本の水道水には塩素が含まれているためほとんど細菌は存在しません。また石鹸は固形よりは液体の方が泡立ちもよく、石鹸自体も清潔に使用できます)。浅いすり傷であればそれだけでもかなり傷は小さくなることと思います。

もし少し深いすり傷である場合は、「湿潤療法」がお勧めです。以前は傷を「乾かしてカサブタを作って」治すという方法が一般的でしたが、「カサブタ」というのは長い人間の進化の歴史の中で出血死しないように獲得した自己防衛反応にすぎません。「乾かして」傷がふさがったように見せかけることは、いつまでも傷が治りにくい環境を続けていることとなります。大切なのは傷を適度に湿った状態に保って、傷のまわりに出てくる体液(傷を治すために必要なサイトカインなどの成分を含みます)を利用して自然治癒能力を最大限に発揮させてやることです。

最近は薬局でも「湿潤療法」をするためのパッドなどが販売され始めました。しかし、傷が大きくて深さの判断が難しい場合や、糖尿病などの持病をお持ちなどの場合は、一度病院で相談されることをお勧めします。

形成外科部長代理 加藤 友紀

編集後記

本文記事「外来診療棟が新しくなりました」でも紹介させていただきましたが、今年7月17日に新外来診療棟がオープンいたしました。

新病院づくりでは「病院らしくない病院 心の癒される病院 受診し易く、働き易い病院」をコンセプトに、正面玄関ホールや各病棟にアートを配すなど、患者さまに心地よく診療を受けていただくため、さまざまな試みを行っております。

新病院の詳細については、当院ホームページ(<http://www.chubuh.rofuku.go.jp>)の「新病院のご案内」よりご覧いただけます。

(Y. A)