



にこにこニュース



おおいた こども びょういん
大分こども病院
 〒870-0943 大分県大分市片島 83-7
<http://www.oita-kodomo.jp/>

2013・2月号 (No.274)
 (代表) TEL097-567-0050 (救急) TEL097-567-2311
 (順番) TEL097-554-7000 (Fax) TEL097-568-7057



やけどに注意!

医師 宮本 麻子

寒くなると増える事故にやけどがあります。特につかまり立ちやよちよち歩きを始めた赤ちゃんに起こっています。場所は居間や台所などで、時間帯も夕方から夜寝る前が多く、大慌てで救急来院されます。今回は、どんな時どのようなものでやけどしているか、やけどをしたらどうするかをお話します。

ロックがはずれてポットから熱湯が出た。テーブルの上に置いていたコーヒーやお茶を倒して手にかかった。蒸気の出ている炊飯器や加湿器に触った。ファンヒーターの吹き出し口に触った。裸電球を触ってしまった。また夏には、花火の燃えている火薬がサンダルの中に落ちてしまった... などがあります。また、近年の節電、エコ志向から使われ出した湯たんぽ、カイロなどによる低温やけどもふえています。こたつやホットカーペットでも起こるので注意が必要です。

やけどはその範囲と深度が重要 (表1)

やけどの重症度を判断する基準は、やけどをした面積(範囲)とやけどが皮膚のどの深さまで到達しているか(深度)です。熱傷深度は熱源の温度と接触時間に比例します。深いやけどになるのは、80℃のお湯だと1~2秒、60℃では10秒、低温でも長く接すると低温やけどを起こします。**低温やけどは、見た目は軽症でも実は重症になり、後遺症が残ることがあり注意が必要です。**赤ちゃんではⅡ度のやけどが15%、Ⅲ度の熱傷が6%以上あれば重症と判断します。

熱傷の面積はパーセント(%)で表します。赤ちゃんの手のひらの広さが1%です。顔は10%、腕や脚のそれぞれ1本が10%、胸が10%、お腹が10%です。

やけどした時はどうする?

あわてて病院に連れていくより、まず、自宅で冷やすことがなによりも効果的で、最良の初期治療であり、どれくらい冷やしたかが、予後を決定する重要な因子となります。熱いものに触ったり、熱い液体がついたときはすぐに**水道の水を流しながら**できるだけ広範囲を十分に冷やしましょう。十分洗浄できたら、痛みが取れるまで水道水でぬらしたタオルを巻いたり、氷のう、アイスノン(ヒエピタや熱さまシートは不可)などで**合計30分以上冷やしなが**ら病院へ連れてきてください。顔など水を流すのが難しい部位は、水を浸した清潔なガーゼやタオルを患部にあてて頻回に取り替えてください。やけどした所は、熱暴露が終わってからも、組織損傷が進んでいくため、冷やすことにより、痛みが軽減するだけでなく、組織損傷の進行が抑制されるので、30分以上冷やすことが大切になり

ます。冷やすのをいやがったり、泣き叫んでうまく冷やせないことも多いですが、痕が残って後悔しないためにもがんばりましょう!!

世間には、やけどの時塗るとよいと言われているものがたくさんあるようですが、その効果は本当は不確かですし、場合によっては感染を助長したり、かぶれを起こしてしまうこともありおすすめできません。子どものやけどの難しい所は、受傷直後は深度の判定が困難で、後にケロイドやひきつれがひどくなる例が少なくないことです。これらの後遺症を残さないようにするためにも、自宅で十分熱傷部位を冷やしてから、必ず受診して下さい。

予防対策が最も大事

生後6か月を過ぎると、興味や関心を抱いたものは何でも触ったり、持ったりします。運動機能や知能は目覚ましい発達をとげている時期です。しかし十分な運動能力はなく、危険か否かの判断ができないため、乳幼児の正常発達の過程でやけども必然的に発生しています。子どもにとって危険なものは、子どもの目につかない、手の届かない所に置くようにしましょう。また、子どもは好奇心が強く、触ってみたいと思うものは、たとえ高い所にあっても踏み台や椅子を持ってきて触ろうとするので気が抜けません。一度、お子さんの目の高さになって家の中をチェックしてみるのもよいですね。なお、普段小さい子のいない祖父母宅などで、炊飯器や加湿器が手の届く所においてあったり、ストーブやファンヒーター(ふき出し口はとて熱い!!)の柵がなかったり、といった予防策がなされていないため、やけどをすることも多いです。湯たんぽ等は、寝る前に布団を暖めるのに使用し、寝る時は取り出した方が安全です。やむをえずホットカーペットの上に寝かせる時は、バスタオルを1枚敷くだけで随分違いますが、低温にするなど心配りを忘れずに。

表1

程度	皮膚の状態	深さ	治療	期間
I度	紅潮(赤くなる)	表皮のみ	外来にて軟膏処置 毎日	数日
Ⅱ度	水ほう、びらんができて赤くなったもの	真皮浅層まで	軟膏処置、熱傷10%以上で入院必要。 * 新生児は5%でも死亡の危険性がある	2~4週間
	水ほう、潰瘍ができて一部白くなったもの	真皮深層まで		
Ⅲ度	黒く炭化・白く硬くなる	皮下組織まで	状態によって皮膚移植	1ヶ月以上

手作りおやつ

子どもが大好きなおやつの時間。ときには、甘さ控えめで安心して食べられるおやつを手作りしてみませんか？

😊 一緒に作って食べるのも楽しい 😊

子どもはキッチンに興味津々。お手伝いするのも大好きです。自分で作って食べると、おいしさは格別。混ぜる、丸める、型抜きするなど、子どもが楽しくできそうなところの的を絞ってお手伝いさせてみましょう。

* ごはんせんべい

材料（大人2人分+子ども1人分）

- ・ごはん大人用茶わん2杯分 ・しょうゆ適宜
- ・A（白いりごま、黒いりごま、かつお節、青のり各適量）

作り方：①ごはんとしょうゆを混ぜ、Aを加えてさっと混ぜ、12等分にしてだんご状に丸める。

- ②1個ずつラップ2枚に挟み、めん棒で薄くのばす。
- ③②のラップをはずし、オーブントースターで約5分焼く。

* チョコバナナ

材料（大人2人分+子ども2人分）

- ・バナナ2本 ・スイートチョコレート50g

作り方：①バナナは皮をむき、1本を6～8等分に切って冷蔵庫で冷やす。

②チョコレートは、粗く刻んでマグカップに入れ、電子レンジで2分ほど加熱して溶かし、冷ましておく。バナナを串に刺し、チョコレートにつける。（バナナが冷えているのでチョコがすぐに固まる）

☆残ったチョコはドリンクに！マグカップに残ったチョコレートに牛乳150mlを加えて電子レンジで2分弱チン！で出来上がり。

* ホットケーキボーロ

材料（約40個分）

- ・ホットケーキミックス25g ・片栗粉60g ・卵1/2個 ・砂糖30g

作り方：①卵に砂糖を加え、よく混ぜ合わせる（泡立てず、砂糖に卵を溶かすように混ぜるのがポイント）

- ②①にホットケーキミックスと片栗粉を加え、よく混ぜ合わせる。
- ③②の生地を子どものひと口サイズに丸める。天板にオーブンシートを敷き、丸めた生地を並べる。

④200℃に温めたオーブンで約8分焼く。

* ドロップクッキー

材料（約18個分）

- ・ホットケーキミックス100g ・卵1個 ・バター20g ・砂糖20g

作り方：①バターを室温でやわらかくする。卵はボウルに割り入れて溶く。

②別のボウルに①のバターと砂糖を入れてすり混ぜ、①の溶き卵を少しずつ加えながらさらに混ぜる。

③②にホットケーキミックスを加え、よく混ぜる。

④オーブンの天板にオーブンシートを敷き、③の生地をスプーンで落とし、直径1.5センチに形作る。（焼くと生地がふくらむので、生地と生地の間は2cmあける）180℃に熱したオーブンで10分焼く。



平成25年2月医師のお休み予定

1	金	神薊、屋宮&大野(午後)	11	月		21	木	江崎、久富、大野、光武(午前)、伊藤(午後)
2	土	光武、石原&多々良(午後)、屋宮	12	火	多々良、神薊、伊藤	22	金	屋宮、大野&光武&神薊(午後)、久富(午前)、多々良
3	日		13	水	江崎、大野&屋宮&伊藤(午後)、光武、久富(午前)、松岡	23	土	清水、松岡&江崎(午後)、多々良
4	月	松岡、石原、清水、屋宮	14	木	清水、久富&多々良&屋宮(午後)、石原(午前)、松岡	24	日	
5	火	江崎、神薊&光武&清水&松岡&伊藤(午後)	15	金	久富、大野&伊藤&江崎&多々良(午後)、清水(午前)	25	月	松岡、江崎、久富(午後)、神薊(午前)、屋宮
6	水	屋宮、光武、久富、松岡	16	土	松岡、神薊、光武(午前)、大野&屋宮(午後)、多々良	26	火	久富、伊藤&屋宮(午後)、石原
7	木	清水、多々良&江崎&屋宮(午後)、石原	17	日		27	水	多々良、松岡(午後)、清水(午前)、屋宮
8	金	伊藤、大野&神薊(午後)、久富、多々良	18	月	伊藤、光武、神薊、屋宮(午後)	28	木	江崎、久富、石原&松岡&多々良(午後)、大野、清水(午前)
9	土	光武、神薊&屋宮&多々良(午後)、清水、伊藤	19	火	多々良、清水、石原&松岡(午後)、伊藤	※院長の予定は掲載していません。随時お問い合わせ下さい。 ※業務の都合により休みが変更になることがあります。ご了承ください。		
10	日		20	水	光武、屋宮&多々良(午後)、松岡			

★お知らせ★

～外科の休診日～

2月13日（水）午後休診 ・ 2月21日（木）休診

～感染予防に関するお願い～

★手指消毒を行った上で院内にお入りください。正面玄関に手指消毒用のウエルパスを置いております。

★カゼ症状（発熱・咳・鼻水など）のある方は、マスクの着用をお願い致します。お持ちでない方は受付にマスクをご用意しております。

★水ぼうそう等の症状がある方は正面玄関左側のインターホンを押して下さい。スタッフが別室へご案内いたします。