げんまい新聞

第29号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

ご家族にこんな症状ありませんか？
高齢者の「蜂窩織炎（ほうかしきえん）」

在宅でご家族の介護をされている皆様、日々のケア本当にお疲れ様です。
高齢のご家族をケアする中で、特に注意していただきたい皮膚のトラブルの一つに「蜂窩織炎（ほうかしきえん）」があります。名前は難しく聞こえるかもしれませんが、実は誰にでも起こりうる、身近な皮膚の感染症です。
「ただの虫刺されだと思っていたら、足がパンパンに腫れてしまった」「ちょっとした擦り傷が、真っ赤になって熱を持っている」
こうした症状の裏には、蜂窩織炎が隠れているかもしれません。大切なご家族を守るために、この病気について知っておきましょう。

蜂窩織炎って、いったい何？

簡単に言うと、「皮膚の深いところ（皮下脂肪のあたり）で細菌が増えてしまった状態」です。私たちの皮膚は、外からの細菌を防ぐ「バリア」の役割をしています。しかし、小さな傷や皮膚の亀裂から細菌が入り込むと、皮膚の下で炎症を起こしてしまうのです。
これは、表面的な「かぶれ」や「湿疹」とは違い、皮膚の奥で起こる「感染症」です。

なぜ高齢者は蜂窩織炎になりやすいの？

ご高齢の方が蜂窩織炎になりやすいのには、いくつかの理由があります。

1. **皮膚のバリア機能の低下** 年齢とともに皮膚は薄く、乾燥しやすくなります。乾燥してカサカサになった皮膚は、目に見えない小さな亀裂（ひび割れ）ができやすく、そこから細菌が侵入しやすくなります。
2. **血行の悪さ（むくみ）** 足がむくみやすい（浮腫：ふしゅ）方は、皮膚がパンと張った状態になり、少しの刺激で傷つきやすくなります。また、血行が悪いと、細菌と戦う免疫細胞が患部に届きにくくなります。
3. **小さな傷に気づきにくい**
   ・水虫（白癬）：足の指の間のじゅくじゅくしたところや、かかとのガサガサも、細菌の立派な入り口になります。

- **虫刺され**：かき壊してしまうと、そこから細菌が入ります。
- **乾燥によるかゆみ**：無意識に掻いてしまい、小さな傷ができます。
- **ケガ：**ベッドの角に足をぶつけた、車椅子のフットレストに擦ったなど、ちょっとした傷

4.持病の影響 糖尿病や、免疫力を抑える薬（ステロイドなど）を使っている方は、感染症にかかりやすくなります。

ご家族が見逃さないで！ 蜂窩織炎の「サイン」

蜂窩織炎は、足（特にすねや甲）に起こることが最も多いですが、腕や顔など、どこにでも起こる可能性があります。
以下のサインに気づいたら、すぐに訪問診療の医師や看護師に相談してください。
① **赤み**：皮膚が「くっきり」と赤くなります。赤くなった部分と、そうでない部分の境目が比較的はっきりしているのが特徴です。
② **腫れ**：赤くなった部分がパンパンに腫れあがります。
③ **熱っぽさ**：赤く腫れた部分を触ると、周りの皮膚より明らかに熱く感じます（熱感）。
④ **痛み**：押したり、動かしたりすると痛みを感じます。
さらに症状が進むと、寒気やガタガタとした震え（悪寒・戦慄）を伴い、高熱が出ることがあります。これは、細菌が血液の中に入り込んでいるサインかもしれず、特に注意が必要です。

早期発見・早期治療が大切な理由

蜂窩織炎は、自然に治ることは期待できません。治療が遅れると、細菌がどんどん広がり、皮膚が壊死（えし）してしまったり、細菌が血液に乗って全身に回る「敗血症（はいけつしょう）」という命に関わる状態になることもあります。
しかし、蜂窩織炎は、早く見つけて適切な治療（主に抗生剤の内服や点滴）を始めれば、きちんと治る病気です。
だからこそ、ご家族の「あれ？いつもと違う」という気づきが、何よりも大切になります。

ご家庭でできる予防とケア

日々のケアの中で、以下の点を少し意識してみてください。

1. **毎日の観察** 入浴の介助や着替えの際、特に足や腕の皮膚をよく見てあげてください。「赤み」「腫れ」「傷」がないかチェックしましょう。
2. 保湿 皮膚の乾燥は最大の敵です。お風呂上がりなどに、こまめに保湿剤（ローションやクリーム）を塗り、皮膚のバリア機能を守りましょう。
3. **水虫の治療** 水虫は細菌の入り口になります。もし水虫が疑われる場合は、医師に相談してきちんと治療しましょう。
4. **むくみのケア** 足がむくみやすい方は、医師の指示に従い、足を少し高くして休む、弾性ストッキングを使用するなどのケアを続けましょう。
5. **小さな傷も大切に** 擦り傷や切り傷ができたら、きれいに洗い流し、清潔に保ちましょう。

まとめ

蜂窩織炎は、ご高齢の方の生活において注意すべき皮膚トラブルです。しかし、日々のスキンケアとご家族の注意深い観察によって、予防したり、重症化する前に発見したりすることができます。**「赤み・腫れ・熱っぽさ・痛み」のサイン**を見つけたら、決して様子を見たり、自己判断で市販の湿布薬などを貼ったりせず、すぐに「かかりつけの訪問医」や「訪問看護師」にご連絡ください。ご家族の「気づき」が、ご本人様を大きなトラブルから守る一番の力になります。