

ぼくたち

わたしたち

にもできる!

か・坦・い・た・く・な・い キズの治し方

てしももちゃんです!



てしま皮膚科・形成外科
TESHIMA CLINIC

てしまれいこ

監修：練馬光が丘病院傷の治療センター 夏井 瞳

傷を見てみよう! ①



30代のおねえさんのおでこのスリキズ



わ
いた
そう

ケガをした日

キレイに
なあつたよ!

6日後



学んでみよう! ①



しつじゅんちりょう

モイストケア(湿潤治療)とは

💧 モイスト = うるおい

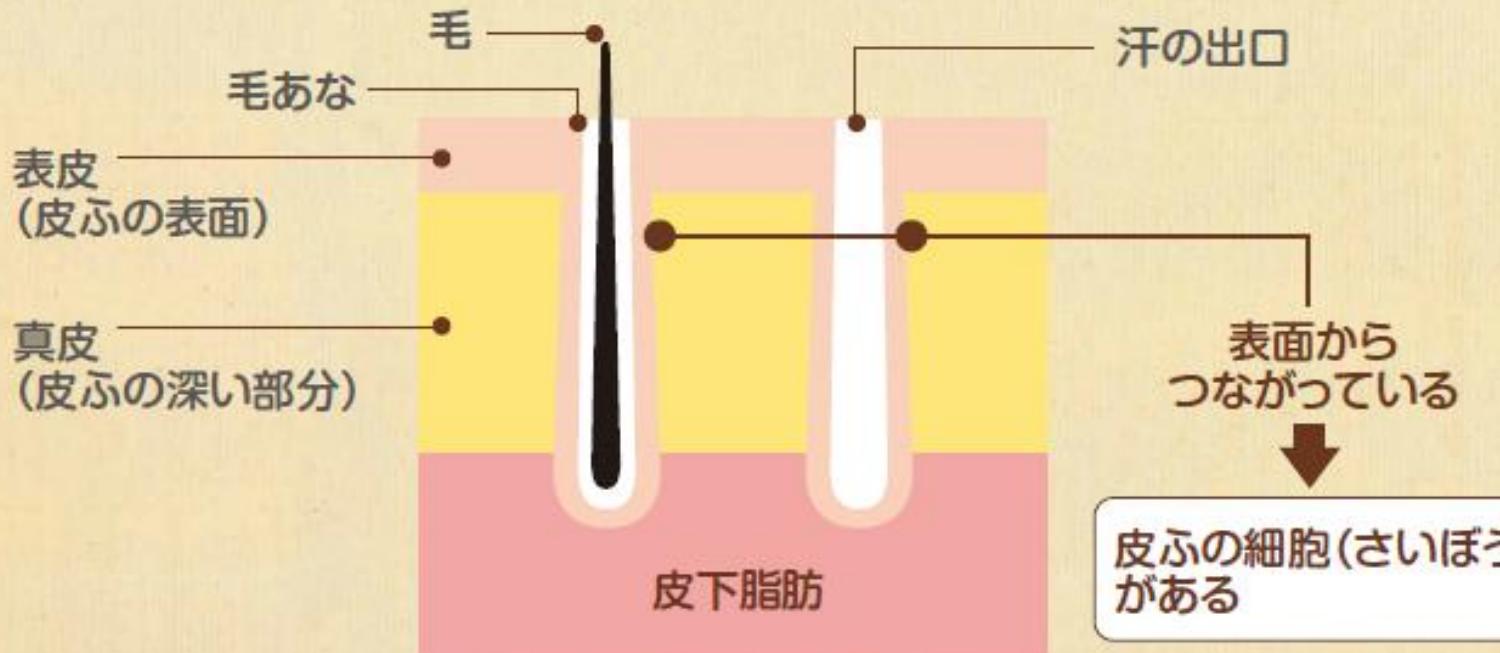
キズはかわかさない。ほどよいしっとり感を保つ。

キズは 消毒しない!

どんなキズでも治っちゃう!

学んでみよう! ②

皮膚(ひふ)のつくり

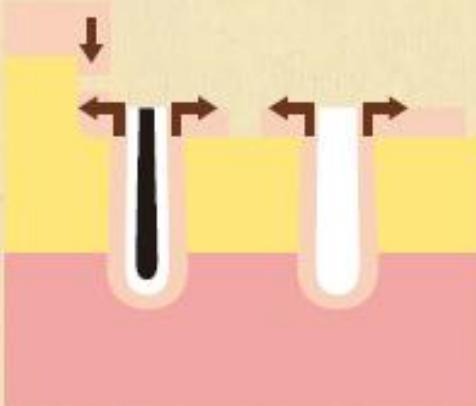


学んでみよう! ③

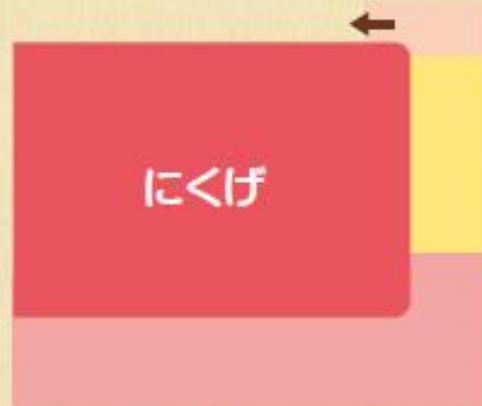


問題: キズはどうやってなまるの?

答え: 皮ふの細胞(さいぼう)がふえる! ひろがる!



あさいきずの治りかた



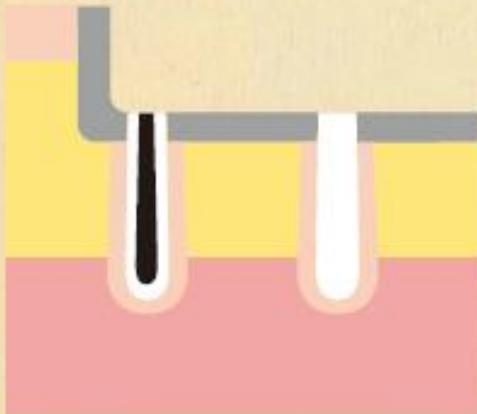
ふかいきずの治りかた

学んでみよう! ④



問題：キズをかわかすとどうなるの？

答え：かわいたキズでは皮ふの細胞がふえられない



せっかく残っていた細胞も
ミイラ化してしまう



毛根までミイラ化すると
皮ふの細胞が死んでしまう!



学んでみよう! ⑤



問題：ガーゼって何？

1870年ごろ

キズのバイキンは、かわいているとふえられないことがわかつた。



それなら、キズの表面をかわかせば
バイキンがふえなくなる！

と考えた19世紀の医者がいた



学んでみよう! ⑤



答え: ガーゼは「キズをかわかす道具」

だからガーゼを使うと…

キズをかわかして
皮ふ細胞の成長を
ストップさせる



- かわくとキズにくっつく
- はがす時、いたい!
- はがすと血が出る!



ガーゼをはってはがすとキズが深くなる



やってみよう! ①



モイストケアで使うもの①

プラスモイスト®



- キズから出てくるジュクジュクの液も
良くなってくれる。薄くてしなやか。
- すりキズ、やけど、切りキズなど、
いろいろなキズに使える。
- キズにくっつかないので、
はがす時いたくない!



ハッピーリー

やってみよう! ①



モイストケアで使うもの②

ハイドロコロイド



- 薄くてしなやか。 防水性がある。
- 皮ふにくっつくので、固定のテープがいらない。
- 色が目立たない。

バイキンが悪さをしている
キズには使えない



へんな事

やってみよう! ②



すりキズの治し方

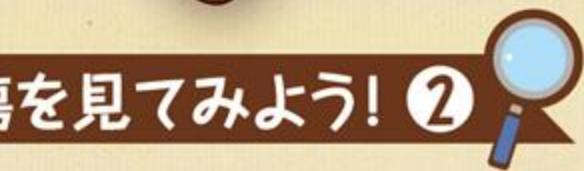
- ① 砂や泥は水でよく洗って落とす。
汚れていなければ、軽く流すだけでOK!
- ② プラスモイストかハイドロコロイドでキズを
おおう。手元になければ食品用ラップでもよい。
- ③ 1日1回は必ず交換する。
そのたびにキズとその周囲を水で洗う。
- ④ 汗をかいたら交換する。 アセモ・とびひ予防のため

傷を見てみよう! ②



ケガをした日

6才の女の子：転んで顔にケガ



ハイドロコロイドでおおう



2日後

傷を見てみよう! ③



20才のお姉さん：交通事故



ケガをした日



4日後



16日後

あわ
あわ
あわ
あわ
あわ
あわ



あわ
あわ
あわ
あわ
あわ
あわ



傷を見てみよう! ③

20才のお姉さん：交通事故

キレイにな
うてる～！



ケガをした日



120日後



494日後

傷を見てみよう! ④



10代男子: サッカー試合中に転んですりキズ



ケガをした日



ラップでおおう



6日後

こんな時は病院へ!



- 血が止まらない
- 傷が深そうで心配
- 洗っても砂や泥が取れない／怖くて洗えない
- キズが怖くて見られない／見たくない
- 38.5℃以上の発熱がある
- 動物にかまれた／引っかかれた
- 顔のキズなのできれいに治したい



病院に
きてね！

やってみよう! ③



おうちでのヤケドの治し方①

- ① 水道水などでやけどした部分を冷やす。
時間は5分程度でOK。
- ② 白色ワセリンを塗ったラップかプラスモイストで
やけどした部分をおおう。
ラップの場合には、その上をタオルかガーゼでおおう。
- ③ 包帯やネットで固定する。
- ④ 冷やした方が痛みが楽なら、この上から冷やしても良い。

やってみよう! ③



おうちでのヤケドの治し方②

- ① プラスモイストなら1日1回以上、
ラップなら1日2、3回は必ず交換する。
- ② キズの周囲の汚れを落とす アセモ予防のため
- ③ キズは石けんで洗わない。 しみるよ!
- ④ 顔のヤケドでは白色ワセリンをこまめに塗ったり
(目安1日5、6回), ハイドロコロイドを貼ったり
するのもおススメ。

こんな時は病院へ!



- 38.5℃以上の熱が出た
- 面積が広い
- 大きな水ぶくれができている
- 怖くて自分では処置できない／自信がない
- きちんと治療をしてくれる病院がある



見て
見てね！

傷を見てみよう! ⑥



11ヶ月男の赤ちゃん：手のやけど



ケガをした日



- みそ汁の鍋に右手を入れてヤケド
- 救急外来を受診。ラップで保護。
- 2日後からプラスモイストで治療。

傷を見てみよう! ⑥



ケガをした日

ラップで
保護



17日後

2日後

プラス
モイスト
で治療

4日後

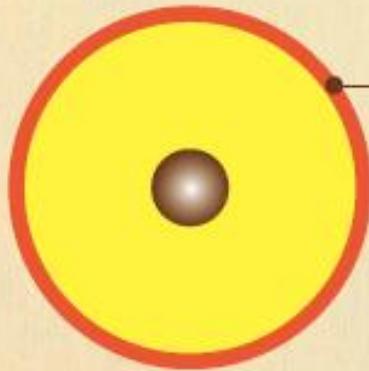


7日後

学んでみよう! ⑥



消毒薬が破壊できるのは細胞膜

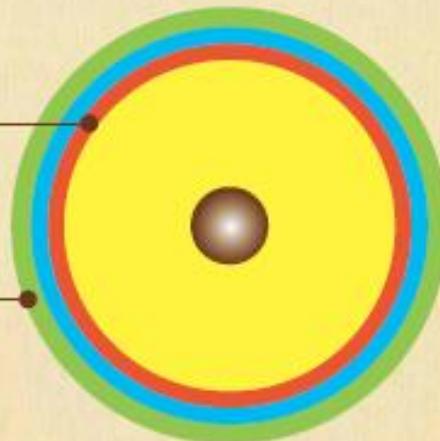


人間

細胞膜がむき出し

細胞膜

細胞壁



細菌

細胞壁が細胞膜を守っている

学んでみよう! ⑦



だから

消毒で人の細胞は死に
バイキンは生き残る

キズを消毒すればするほどキズは深くなり
バイキンはふえやすくなる

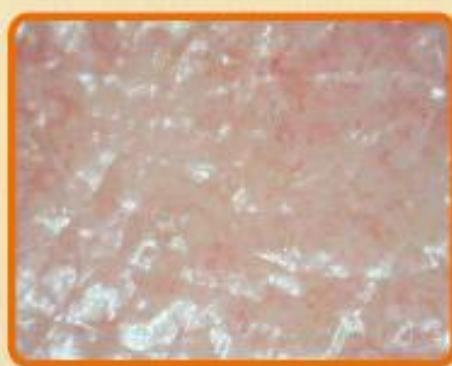
学んでみよう! ⑧



実験：ぱんそうこうで作ったキズを消毒したらどうなる？



正常な皮ふ



ぱんそうこうを30回張ってはがした後



学んでみよう! ⑧



結果:



5日間
イソジン消毒



消毒しなかった
部分

問題です

キズは、
だれが治すのでしょうか？