



Nihon Clinic
日本クリニック



February 01, 2014



米国内の日本クリニック

CHICAGO

(847) 952-8910

NEW YORK

(212) 575-8910

SAN DIEGO

(858) 560-8910

Nihon Clinic

2010 S. Arlington Heights Road, Suite 101
Arlington Heights, IL 60005

予約: (847) 952-8910

内科: (847) 758-8080

小児科: (847) 640-5437

カイロ科: (847) 956-3250

ウェブサイトもご利用下さい。

Website: www.nihonclinic.com

E-mail: Chicago@nihonclinic.com



今月の健康ニュースレター (Monthly)



◆◆◆ 凍傷のお話 ◆◆◆



⑤水泡がある場合は、なるべく破らずにそっとガーゼで保護してください。もし破れたら抗生物質入り軟膏を塗って感染しないようにガーゼで保護してください。



今年は記録的な寒さとなっています。このような寒さでは、ちょっとした油断で誰でも凍傷になる危険がありますので注意が必要です。

【2度】

水泡が生じます。

【3度】

組織が壊死し、瘢痕が残ります。

●凍傷とは？●

凍傷は、全身ではなく部分的に起こり、特に手・足・鼻・耳が凍傷になりやすい部位です。皮膚の温度が15度以下になるとピンク色になり、組織の障害が始まります。

更にマイナス4度になると凍傷になり、組織の水分が氷結してシャーベット状になります。

●症状●

凍傷はその程度によって、1度から3度に分けられます。

【1度】

皮膚がひりひり痛み、しびれるようになり、徐々に感覚が鈍くなり最後には感覚が失われます。

◎暖めて血流が戻ると、凍傷した部位は赤く腫れて感覚が戻ります。少しひどい凍傷の場合は、赤紫色に腫れ上がり痛みを伴います。

●対処方法は？●

①凍傷にかかった時は体も低体温になっているため、暖かい毛布にくるむようにし、すぐに患部をぬるま湯や温かいお湯に浸して温めます。

*注)お湯の温度は40度以上にならないように！

②凍傷した部位は、むやみにこすったりマッサージする事は避けてください。

③痛みがある場合は、市販の痛み止めを服用してください。

④凍傷した部位は、必ず暖かく保護してください。一度凍傷にかかった部位は寒さに敏感です。再発防止に手袋・帽子・耳あて等をご使用ください。

『ちょっと外にいるだけ』と帽子・耳あてや手袋もせず外に出ると凍傷になる危険性があります。体感温度がマイナス20度になると、10分でも露出された部分に凍傷が起こります。この季節、十分に防寒の身支度をして外出しましょう。

