

* 褥瘡(床ずれ)とは……

皮膚が圧迫やずれ・摩擦により血流が悪くなることにより起こる皮膚の損傷

* 褥瘡になりやすい人

- ・ 安静にしたり、寝ている時間が長い
- ・ 栄養がとれていない
- ・ 自分で体勢を保つことができない
- ・ 皮膚が乾燥している
- ・ おむつを使用している



* 褥瘡を予防するには……

- ・ 体位（姿勢）の変更と体圧を分散させるマットの使用
- ・ 皮膚を清潔にする
入浴・清拭・陰部洗浄・手浴・足浴など
- ・ しっかりと食事または栄養をとる

