



●暖房器具による「やけど」に注意しましょう！ ● 看護師 森下

★寒い日が続き、暖房器具が欠かせない時期になりましたね。

糖尿病患者さんで、足のしびれや感覚が鈍いなどの症状がある方は、足の痛みや温度に対する感覚も鈍くなっています。そのため、暖房器具によるやけどを起こしやすいです。血糖コントロールが悪い状態では、やけどの傷が治りにくいだけでなく、傷から菌が入り、重大なトラブルにつながる場合もあります。今回は、「やけどを防ぐための暖房器具の使い方」について、お伝えします。



★やけどを起こしやすいもの

こたつ、あんか、湯たんぽ、ストーブ、電気カーペット、電気毛布、カイロ など
電気カーペットや電気毛布、カイロでは、やけどを起こすイメージがないかもしれませんが、それほど高い温度にならないものでも、長時間肌に触れることによって、「低温やけど」を起こすことがあります。



★やけどを防ぐための暖房器具の使い方

1. こたつやストーブに足を近づけたり、電源をつけたまま寝ないようにしましょう
足から離れたつもりでも、気が付かないうちに触れ、やけどを起こすことがあります。
2. 電気毛布やあんかは、寝る時には電源を切りましょう
寝る時に電気毛布やあんかを使用したい方もいますね。寝る前に布団を温め、寝る時には電源を切りましょう。
3. カイロは厚手の下着や衣服の上から貼りましょう
低温やけどを起こさないよう、直接肌に貼らないようにしましょう。

大切な体をやけどから守りましょう！



第16回博愛ウォーキング開催のお知らせ

2020年4月11日（土）に第16回博愛ウォーキングを開催いたします。集合場所は博愛病院 内科外来です。今回も歩いたりストレッチをしたりゲームをしたりなど色々な企画をご用意しています。参加ご希望の方は、糖尿病専門外来と栄養相談室に備え付けの申込用紙を準備していますので必要事項をご記入の上、糖尿病専門外来スタッフまたは管理栄養士にお渡しください。詳細につきましては申込書をご覧ください。どうかスタッフにご確認ください。みなさまの参加をお待ちしております。

糖尿病療養指導委員会一同

