

むくみ(浮腫)のチェックと ケアについて・・・★



2014. 6. 肝臓病教室

10階東病棟看護師 富澤 隈元 矢高 河西

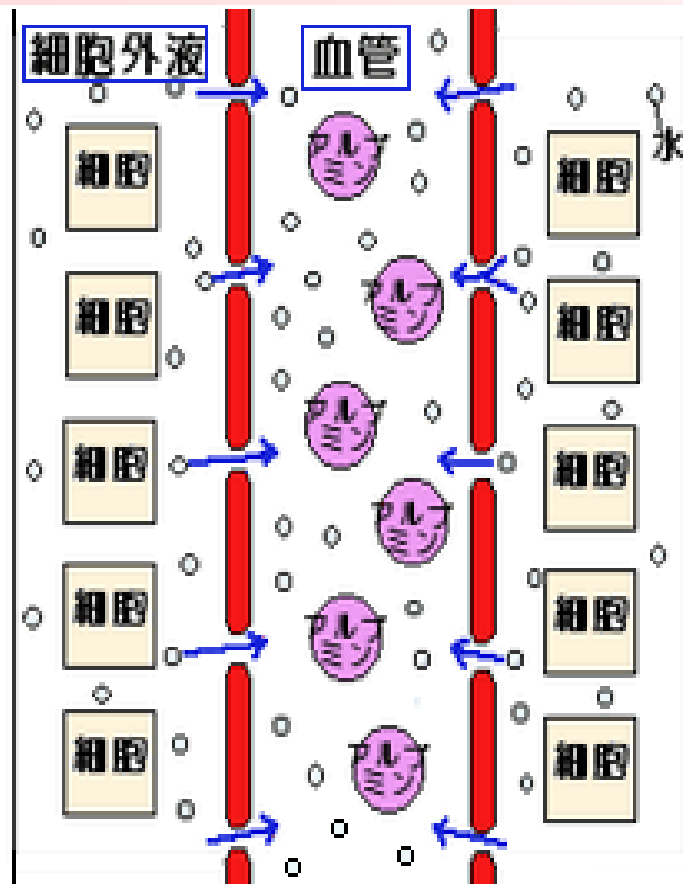
- **肝臓は沈黙の臓器であり、通常無症状で、特有の症状はありません。**

自覚症状のほとんどは肝炎や肝硬変によるものです。

- **今回は自覚症状の中の「**むくみ**」に焦点を当てて、チェック方法とそのケアについてお話しします。**

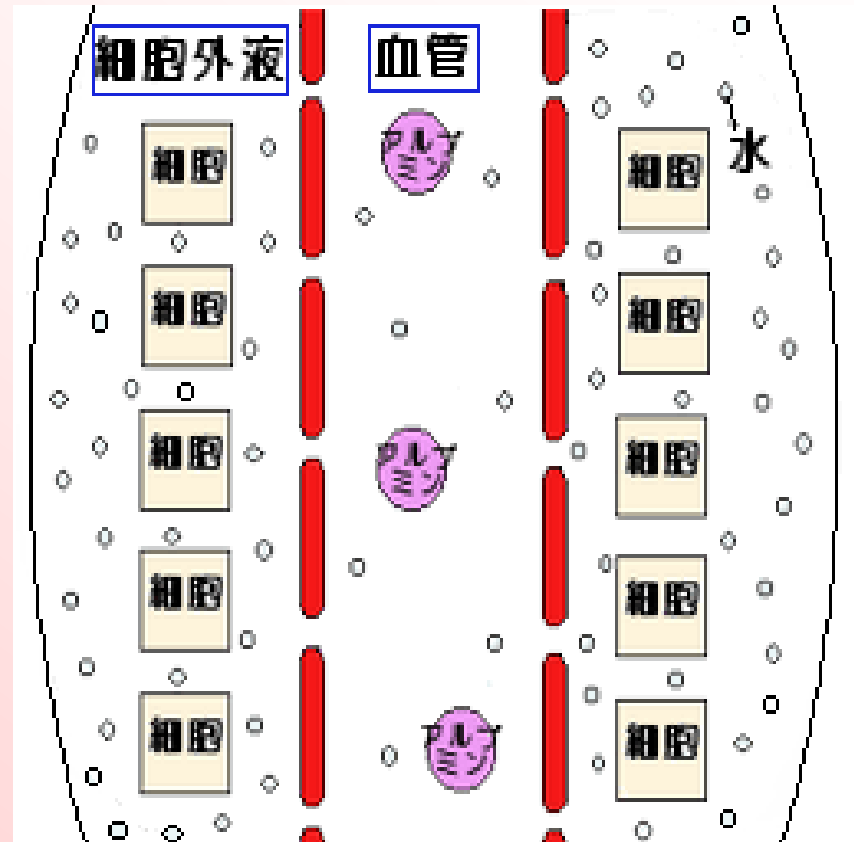
むくみのメカニズム

●むくみがない場合



アルブミンが水を血管内に引き寄せる

●むくみがある場合

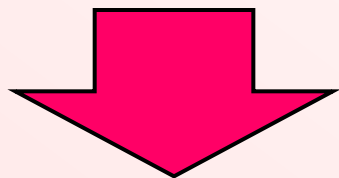


アルブミン量が少ないと、血管内に水が引き寄せられず、むくみの原因となる

手足のむくみ(浮腫)

チェック方法は??

- 指で手または足を押して、
型がついて戻るのに時間がかかる
場合に浮腫があると判断します



マッサージ

マッサージについて

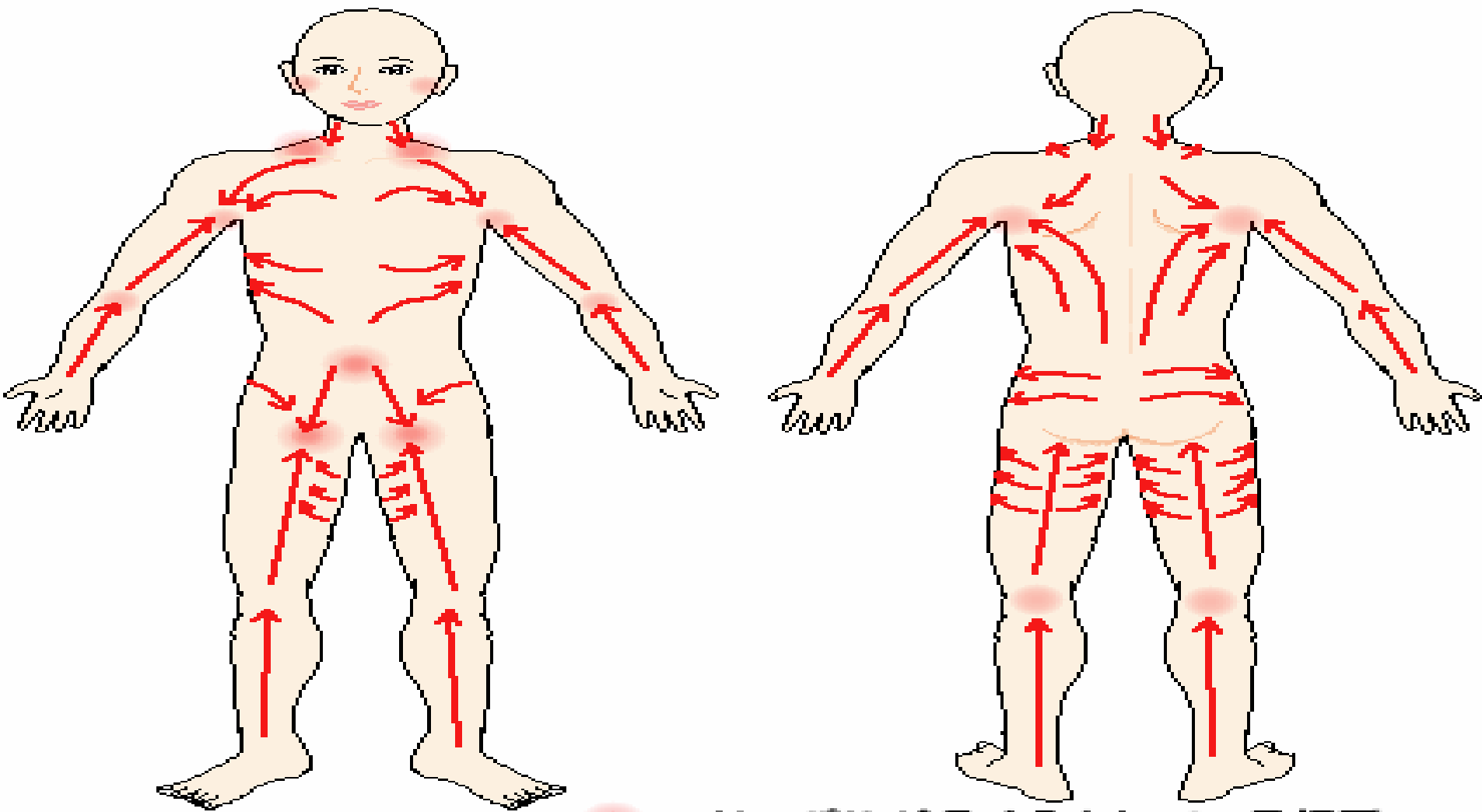


- **末梢(手や足の先)から
中枢側(体の中心)に向かって
浮腫をゆっくり優しく押し上げる**
- **保湿クリーム等を使用するとよい**

リンパマッサージの方向



リンパマッサージの方向



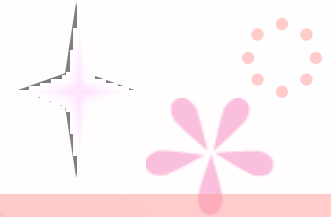
…リンパ節が多く分布している場所

マッサージ以外では

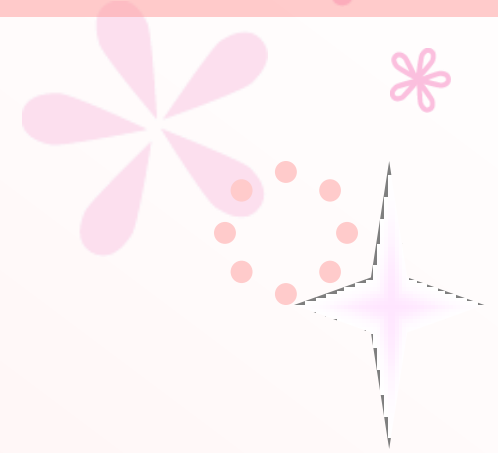
- **弾性包帯**や**弾性ストッキング**の使用も浮腫の軽減に効果あり。
- **締め付け感による苦痛を感じる**
→無理をせず、**ゴムのゆるい靴下を履く**
- **足を挙げて横になる**



日常生活の注意点



● スキンケア

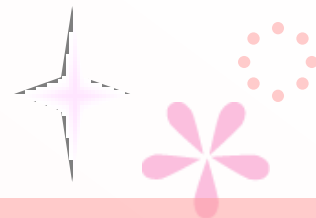


1) 皮膚の乾燥に注意しましょう。

2) 皮膚を傷つけないように気を付けましょう。

3) 皮膚を清潔に保ちましょう。

日常生活の注意点



● 脚への負担を減らす



1) 部分的に強くしめつけないようにしましょう。

2) 重い荷物や激しい運動に注意しましょう。

ご清聴

ありがとうございました

