

はじめに

① まずはかゆみを知ろう!
目次へ戻る② かゆみを採点しよう!
目次へ戻る③ かゆみをやっつけよう!
目次へ戻る

このページを印刷する (PDF:136KB)

③ かゆみをやっつけよう

(6) かゆくなったら：掻いても害が少ないように

引っ掻けない皮膚では、皮膚炎は軽くなります。引っ掻くことがいかに皮膚炎を悪化させ、かゆみを悪化させるかがわかります。以下のような工夫が効果的です。

- 爪は短く切り、引っ掻きによる皮膚のダメージを防ぎましょう。
- 引っ掻きやすいところにガーゼ・包帯・ネットなどを巻きましょう。チューブファーストのような筒状の包帯をはめるのも効果的です。
- 寝る時に長袖・長ズボン・手袋を着用すると、直接爪で引っ掻かなくて済みます。
- 袖や裾がまくりあがらないようにテープやひもで結ぶと、直接爪で引っ掻かなくて済みます。幼児には有効です。



▲ ページトップへ

<< 前のページへ 目次へ >>