

健康メモ

湯たんぽに気をつけよう

広島市医師会副会長
長崎病院院長 長崎 孝太郎

今年の冬は、

湯たんぽが原因
でやけどをされ
た患者さんがた
くさん受診され
ました。その背景には、湯たんぽが



電気など使わず、とてもエコロジ
ーであり、部屋を乾燥させることもな
く長時間効果があることなどから流
行していることがあるようです。

やけどは、高温のものに接触して
受傷するのが一般的ですが、低温や
けどは、摂氏六〇度以下ですぐには

やけどしない温度でも長時間接触す
ることで受傷するやけどを言います。
よくある原因では電気アンカやこた
つがあります。熟睡している、泥酔
している場合や、睡眠剤を服用して
いる、また、糖尿病などの知覚障害
がある場合によく見られます。

低温やけどの治療は、一般のやけ
どと同様です。ただし、低温やけど
の場合、料理に例えて言えば、弱火
でじっくり火を通してしている状態で、
皮膚の奥までやけどをしており、治
癒するまで一、二ヵ月かかる場合も
少なくありません。面積も広くなく、
安易に簡単に治ると自己判断されて、
放置したり、入浴などで感染を合併
し、慌てて受診される場合も見られ
ます。感染を合併するとますます治
り難くなり、数ヵ月かかることもあ
ります。

のお湯を入れ、厚めのタオルやセー
ターなどに包んで使用するとありま
す。本来、寝る前に事前に布団の中
央部分に湯たんぽを入れ、布団を暖
めると同時に、湯たんぽの温度をあ
る程度冷まして使用するのが原則で
す。そして、そこに臥床し、湯たん
ぽは足元の身体に触れない所に置い
て就寝します。決して身体に触れな
いように注意してください。また、
湯たんぽの栓がゆるく、お湯がこぼ
れてやけどした人もあります。身体
から離していても睡眠中に触れてし
まう場合もあり、
湯たんぽの温度に
は十分の注意が必
要です。気軽に使
える湯たんぽです
が、使用法を間違
えれば思わぬ落と
し穴があります。