

# 地域総合医療センター通信 9月号

～傷口は消毒しない方が良い!?～

地域総合医療センター 竹本 歩

## I 新しい考え方『傷口は消毒しない方が良い!?』

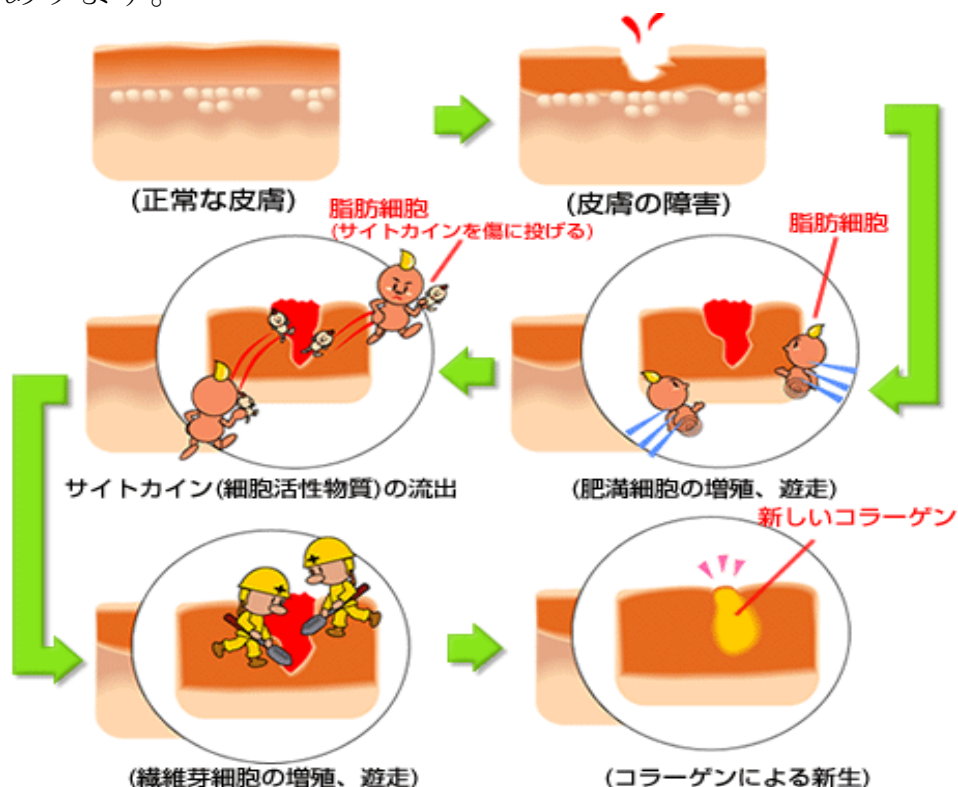
これまで、日常生活の中で転んだりぶついたりして怪我をした時には、傷を洗って消毒して乾かすのが良いと考えられてきました。『かさぶた』ができるのは傷が治ってくる証拠だと。しかし、最近この考え方が少し変わってきていることをご紹介します。

これまでの考え方として傷は化膿すると治りにくいというものがありました。いわゆる『ジュクジュク』した状態のことをイメージして下さい。また傷に細菌が入り込むと化膿するとも考えられていました。そのため殺菌作用のある消毒薬を、怪我や火傷によって皮膚の表面がなくなってしまった部分に使っていました。多くの人は、多かれ少なかれその時に痛みを感じていたと思います。この痛みはなんなののでしょうか？

消毒薬は化膿の原因となる細菌を殺菌する目的で使います。しかし、細菌も生きている細胞ですが、同様に人間の皮膚も細胞から構成されている組織なのです。そのため、消毒薬は細菌のみならず、怪我によって傷ついた細胞そのものへもダメージを与えてしまうのです。痛みの原因はここにありました。また、消毒の後によく用いられていたのが傷を覆うガーゼでした。ガーゼが傷口からでてくる浸出液を吸収します。これにより傷を乾燥させて治すという考え方です。しかし、さきほどお話ししたように皮膚を構成している皮膚の細胞は、私達が水分なしでは生きられないように、乾燥した環境の中では生きられません。傷口を治すために少しずつ増殖してあたらしい皮膚の構造を作り直す過程では、ガーゼによって乾燥しすぎてしまうこともまた傷の治りを遅くしてしまうことがあります。

では皮膚を消毒しないとしたら、化膿予防はどうするのでしょうか？この答えは非常に単純です。まずよく洗うことなのです。細菌によって化膿してしまう原因は、1番最初に傷口から入り込んだ異物やタンパク質と細菌なのです。これを、皮膚の細胞を傷つけずに取り去るには、水道水でしっかりと洗い流すことが重要です。

日本の水道水は世界的にみても非常にしっかりと管理されているため、水道水中に細菌が検出されることはまずありません。その後、ガーゼを直接傷口にあてるのではなく、最近薬局などで販売されてきているゼリー状のパッドで覆うことで、適度な湿度を保ち傷を早く治すことが可能となることがわかってきています。小さな傷や浅い傷はパッドの代わりにラップを切って巻いておくだけでも効果があります。



## II まとめ 『実際にはどうすればいいの?』

- ①まず水道水でしっかり洗いましょう。ただし、動物に咬まれた傷や、土や汚れたもので怪我をしてしまった場合、傷が深い場合にはこれだけでは不十分なことが多いため、病院で改めて処置を受けて下さい。
- ②傷口をそのまま乾燥させるのではなく、ラップや傷口パッドで覆いましょう。固定・クッション代わりとしてガーゼや包帯はの上から巻いてください。
- ③傷口が膿んでいる場合は水道水で毎日洗います。ただし、赤みや腫れ、痛みがひどくなるようなことがあれば必ず医療機関で診察を受けてください。