

大曲皮膚科ニュース

2006年5月15日号

おむつかぶれのスキンケアとは？

昔に比べて、紙おむつのおかげでおむつ交換が楽になり、また、重症のおむつかぶれも激減しました。でも、布おむつのような排尿・排便後の不快感がないため、赤ちゃんは平気で機嫌よくしているために、親御さんが気付くのが遅れがちになるために、今でもおむつかぶれは、殆どの赤ちゃんに起こるといわれます。また、乳児湿疹の赤ちゃんは、ヒフのバリアが弱いので、おむつかぶれが起こりやすいです。

おむつかぶれの原因は、殆どの場合には便中の消化酵素や尿中のアンモニアによる刺激であり、肛門のまわりやおしっこの出口のまわりが赤くなるのが最も多いです。赤ちゃんの便は、もともと大人より軟らかいですが、特にかぜをひいて下痢をしたときには、下痢便はヒフをふやかせるために、その中に染みこみやすく、またおむつの中で広がりやすいために、より重症になります。また、特にギャザーやテープの吸水性のない部分に汗もができることもあります。

以上から、おむつかぶれを予防したり、悪化させないためには、便・尿がヒフに触れている時間をなるべく短くし、ふやけたおしりのヒフに刺激を与えないことが重要であることがわかります。具体的には、どうしたらよいのでしょうか？

①おむつ交換をこまめに行いましょう

便や尿が出ていないか、時々オムツを外してチェックし、汚れていれば交換することが最も重要です。

②汚れたおしりは、こすらずにぬるま湯洗浄をしましょう

便がついてふやけたヒフは、乾いたティッシュや市販のおしり拭きでふき取ると、刺激となりしっしんを悪くすることがあります。おむつの上で、おしり洗い専用の瓶や、シャンプーの瓶の中に入れた人肌のお湯をピューッとかけて洗ってあげましょう。特に下痢便は刺激が強いので、ぬるま湯洗浄で徹底的に取り除いた方がよいのです。石鹸などの洗浄剤は使いすぎると乾燥するので、1日1-2回の使用でよいです。残った水分は、柔らかい乾いた布などでこすらないように、皺の奥まで丁寧に押しながら吸い取ります。下痢以外の時は、軽くぬらしたティッシュか柔らかいガーゼでそっとぬぐいとってもよいです。

③洗った後は、ワセリンを塗りましょう



おしりを洗ったあとはヒフのあぶらが奪われています。ワセリンを塗っておくことにより油脂性の膜が作られるために、尿・便からヒフが保護されます。

もしおむつかぶれが出来てしまったら、軽症なら以上のスキンケアを行い様子を見てもよいですが、赤ちゃんがおむつ替えのときなどに痛がるようなら、当科を受診して下さい。