



2022年6月15日配信号

まごころ事務局です。

皆様 いかがお過ごしでしょうか？



6月6日に関東甲信地方に続いて、昨日中国、近畿、東海、北陸で梅雨入りの発表がありました。例年よりも遅めの梅雨入りだそうですね。

皆様は「気象病」という言葉をご存じですか？最近のニュースで初めて耳にしました。特に去年や今年は、新型コロナウイルスの感染拡大によるリモートワークや、外出の自粛などで生活習慣が変わり、「気象病」をきっかけに体調を崩す人も増えているとのことです。家でストレッチや軽い運動をするなど、体調管理に気をつけてくださいね。

## 今号の目次

- ト 夏のご用心！スキントラブルの予防策
- ト 日本オストミー協会 全国大会のご案内

## 夏のご用心！

### スキントラブルの予防策

<こんなことありませんか？>

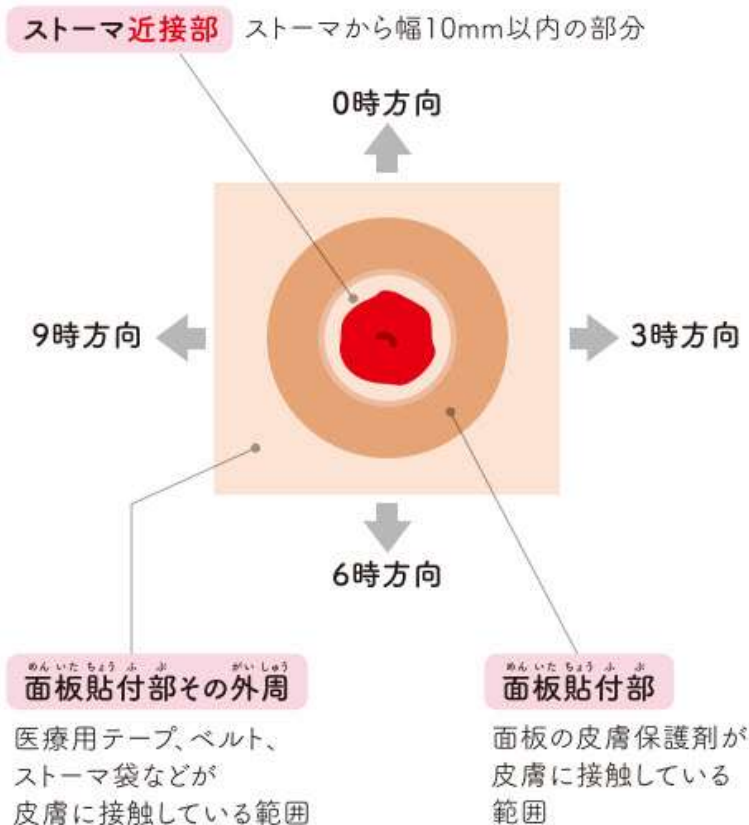
「装具を貼っている場所がかゆい・痛い」

「皮膚が赤くなってきてしまった」

「びらん(ただれ、赤くなってジュクジュク)になってしまった」など、、、

皮膚トラブルの原因には、排泄物の長時間の付着や皮膚保護剤の成分、装具をはがすときの刺激や面板の圧迫など化学的な刺激や物理的的刺激、また感染症などがあります。

ストーマ周りの皮膚は、3つの領域に分けて呼称されますが、それぞれの場所で発生しやすい皮膚トラブルがあります。本日は、面板貼付部(面板の皮膚保護剤が皮膚に接触している範囲)に多いスキントラブルの予防策をご紹介します。



面板(皮膚保護剤)貼付部の皮膚トラブルの原因で最も多いのは、装具交換時のはがすときの刺激です。

面板の下の皮膚は長期間にわたり、貼ったりはがしたりという刺激を繰り返し受けています。ぜひ、皮膚を刺激から守る意味でも、**はくり剤**の使用をお勧めします。

また、面板は皮膚・排泄ケア認定看護師のアドバイスをもとに、適切な交換間隔を保ちましょう。面板の皮膚保護剤には、様々な種類があり、貼付期間の目安も異なります。長めの貼付期間に向いている皮膚保護剤で、短期交換を繰り返すと、皮膚トラブルにつながることもあります。漏れなどで交換しなければならない場合は、はくり剤を使用し、丁寧な剥離を心がけましょう。

特に、発汗量が多くなる夏場は、汗疹(あせも)、毛囊炎や真菌感染などが生じることがあります。皮膚障害がひどくならない前にストーマ外来を受診しましょう。自己判断は避けましょう。

また、市販の軟膏等は油分が多いので、面板が貼りつきません。医療従事者の方に早めに相談して適切な処置、処方をしていただくことを強くお勧めします。

はくり剤

製品詳細は

こちらから

はくり剤パックのサンプルをご希望の際には、まごころ事務局まで。

[start@hollister.co.jp](mailto:start@hollister.co.jp)

日本オストミー協会 全国大会のご案内

お近くの方はぜひ、お立ち寄りください。まごころ事務局のスタッフも参加します。

日程: 令和4年6月 18 日(土)~19 日(日)

会場: 金沢市「金沢歌劇座」

金沢市下本多町 6 番丁 27 番地 電話 076-220-2501

主催:

〒124-0023

東京都葛飾区東新小岩 1-1-1 トラスト新小岩 901

(公社)日本オストミー協会

TEL:03-5670-7681 FAX:03-5670-7682

**日本オストミー協会全国大会**  
**若いオストメイト交流会**  
**チラシはこちら**

たくさんの仲間がいる“まごころ”で答えが見つかるかも知れません。ぜひお気軽にメール・LINE でお問合せください。



**LINEお友達募集中!**

まごころ LINE公式アカウント開設しました!  
お友達登録は ID:[@956fwfgo](#) で検索または、  
右のQRコードよりどうぞ。



#### 【編集後記】

今回も最後まで「まごころ通信」を読んでいただき、誠にありがとうございます。日本で咲く紫陽花には青や紫が多いですが、ヨーロッパでは赤系の花を咲かせます。紫陽花の花の色には土の酸度が関係していて、酸性だと青くなり、アルカリ性だと赤くなるそうです。ぜひ、近場の散歩コースでいろいろな紫陽花の色を探してみてください。この季節ならではの楽しみの一つにおすすめです。

---

※尚、本メールと行き違いで配信停止、退会手続きをされた場合は何卒ご容赦ください。

※記載された内容は予告なく変更することがあります。

※このメールに掲載された記事を許可なく複製、転載することを禁じております。

※メールマガジンの配信停止をご希望の場合は、

配信停止希望と書いて、ご住所・お名前・電話番号と配信停止理由をご記載の上

[Start@hollister.co.jp](mailto:Start@hollister.co.jp) にメールをください。

---

Copyright(C) まごころ事務局 All Rights Reserved.

[発行・編集] 株式会社ホリスター

住所: 東京都品川区東品川 2-2-8 スフィアタワー天王洲 21 階