



2022年7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？



先週は、ショッキングな事件が起きましたね。まさか、日本でこんなことが起きるとは、、、世の中がいい方に変わっていくのであればいいのですが、ここ近年、コロナウイルス、ウクライナとロシアの戦争と、心配事が増えてきましたね。平和と安寧が訪れることを切に願います。

左記の写真は、上野の不忍池の蓮です。蓮の代表的な花言葉は、「清らかな心」「休養」「神聖」「雄弁」「沈着」「離れゆく愛」「救済」とのこと。

それぞれに意味がありますが、今の世の中にぜひ「救済」がありますよう、祈りたいと思います。

## 今号の目次

- ト 当たり前だと思わないで〜〜〜ストーマ周囲のかゆみについて〜〜〜
- ト 猛暑を快適に〜〜〜服装の工夫〜〜〜

**当たり前だと思わないで**

**〜〜〜ストーマ周囲のかゆみについて〜〜〜**

先日、ある会員様から、ストーマ周囲のかゆみのご相談がありました。3～4週間前から、かゆくてかゆくて、装具をつけていられないほど。見たところ、赤いプツプツはないのだけど、、、、とのことでした。

まごころ事務局では、早急にストーマ外来の受診をお勧めしました。

ストーマ周囲のかゆみの原因は様々なことがありますので、ストーマケアに精通した医療従事者にいち早く相談することが大切です。しかし、新型コロナウイルスの感染者が激増していますので、なかなか予約が取れないかも知れません。

今回は、ストーマ周囲のかゆみの原因と予防策について、ご紹介したいと思います。

## かゆみの原因は？

ストーマ周囲皮膚のかゆみには数多くの原因が想定されますが、よくある原因として、「カンジダ症 (真菌皮膚感染)」、「皮膚炎」の 2 つの疾患が知られています。

### 【カンジダ症】

カンジダ症 は真菌皮膚感染で、激しいそう痒感(かゆみ)を引き起こすことで知られています。カンジダ症は通常、ストーマ周囲の皮膚が熱を帯び、湿った状態になると発症します。面板下での排泄物の漏れや抗生物質などの薬剤が原因となる場合もあります。

### 【皮膚炎】

皮膚炎は 接触性皮膚炎とも呼ばれ、石鹼、ローションなどの製品で皮膚が刺激され、誘発される場合があります。漏れにより、排泄物が皮膚へ付着することで発生することもあります。アレルギー性皮膚炎は特定の刺激物やアレルゲンに対する反応によって生じます。

## かゆみの予防策

### 【カンジダ症の発症を抑えるためのポイント】

★装具をストーマ周囲にしっかり密着させることで、水分の侵入を最小限に抑えます。

シャワーを浴びたり、お風呂に入ったり、スイミングなど水に触れたりした後は、装具を速やかに乾燥させます。

★抗真菌性のパウダーを使用して、傷付いている皮膚から水分を吸収し真菌感染を予防します。抗真菌性のパウダーを使用するときは、余分な粉を払い落としてから装具を付けましょう。皮膚の傷が癒えたり、水気や湿り気が感じられなくなったり、発疹が見られなくなったりした場合はパウダーの使用を控えます。

※面板の下に抗真菌性のクリームを使用するのは避けましょう、皮膚への密着性が失われます。

### 【皮膚炎を防ぐためのポイント】

★排泄物が皮膚に付着して起こる皮膚炎を防ぐには、排泄物の漏れを起こさないよう、接触してる面板の孔径が適切な大きさであること、面板が腹壁に密着していることが重要です。定期的にストーマ測定ガイドを参考にして、使用しているストーマのサイズや形状に変化がないか確かめ、担当の皮膚・排泄ケア認定看護師とよく話し合っ、自分に一番合う装具を見つけましょう。状況によっては、凸面型面板（平面型の代わり）や、用手成形皮膚保護剤などがあると密着感が増し、漏れを防ぐことができます。

### ★日々のスキンケア

- ストーマ周囲皮膚の洗浄は回数が少ないほど良いそうです。  
ほとんどの場合、水洗いにより十分に皮膚を清潔に保つことができます。
- 石鹸を使用する際は、肌に優しい石鹸を選びましょう。 皮膚に油分が残る可能性のあるローションやクリームの使用はお勧めしません。 面板の粘着性

を下げたりする可能性があります。

## ストーマ周囲のかゆみ:その他の原因と対策

ストーマ周囲のかゆみには「カンジダ症（真菌皮膚感染）」「皮膚炎」以外の原因もありますが、“皮膚の損傷”といった目に見える形で現れるとは限りません。

かゆみの最大の原因が漏れであることは変わらないものの、アンケートによれば、“熱”や“湿気”もかゆみを引き起こす原因となることがわかっています。“乾燥”も、一見すると健康的なストーマ周囲の皮膚そう痒(かゆみ)の一般的な原因です。かゆみを発症している場合、簡単かつすぐに行える処置は装具を交換すること。アンケート回答者の約 79 % が、装具を交換することでかゆみが和らいたと答えています。

ストーマ周囲の皮膚のかゆみが慢性化している場合、カンジダ症か、何らかの皮膚炎、もしくはそれ以外のストーマ周囲の皮膚の合併症の疑いがあります。かかりつけの皮膚・排泄ケア認定看護師に相談してください。

\*アンケート結果は、164 人の患者様からの回答に基づきます。

かゆみに関する消費者調査、2016 年 Hollister 社内資料

真夏を迎えて、あせもなども起きやすい季節。かゆみはしょうがない、とあきらめず、快適なストーマ生活を過ごせますように！

**猛暑を快適に**

**～～～服装の工夫～～～**

前号に引き続きまして、今号も“夏のご用心”ということで、服装の工夫についてご紹介したいと思います。



左のイラストのようなベストですが、夏場、戸外で工事作業員、職人の方々が着られていることを目にされませんか？

空調服というもので、ベストにバッテリーとファンがついていて、ベスト内に送風

されるものです。

会員様からも、

汗等でパウチ装着部分に炎症を起こして苦勞し、夏場の対策として空調服を着用されているとのこと。腹部へ風が回りパウチ部分が汗ばむ事が少なくなりました。との体験談をお寄せいただいております。

農作業時やお庭のお手入れ、長時間のお散歩等、戸外での活動時など、参考になさってみてはいかがでしょうか？

ホームセンターなどで販売されていることが多いようです。

**他の会員様に聞きたいこと、疑問、質問、などお寄せください！**

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。

皆様からの体験談も募集しています！ぜひ寄稿ください！！



**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。

いつも、多くの会員の皆様から、励ましや、パワーをいただいたり、元気づけていただいたり、まごころ事務局として、日々感謝感謝です。

コロナも猛暑も不安ですが、どうか皆様ご自愛くださいませ。

皆様の元気な様子、ぜひお知らせください！お待ちしております。

---

※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