

高齢婦人と皮膚掻痒症の看護例

(平成10年12月10日発行 第10号より)

自然育児法研究会会長
自然育児相談所所長

山西みな子先生

1. はじめに

母と子とその家族のために、よい看護をしたい、丈夫な体質の子を育てたい、との願いを込めて働いています。母乳育児指導をメインとして仕事をしてしていますが、決して、いわゆる、「乳房マッサージ」のみをして事たれり、とならないように、配慮し、家族みんなの保健相談と看護的治療を実施したいものと考えて働いています。未所者の家族として、実家の母が同伴されます。この度、実家の母(Aさん)に看護をしたので報告します。



2. 事例報告

Aさん、63歳、10月から4月頃まで、毎年、慢性的な皮膚のかゆみに苦痛を感じている。皮膚科、内科、婦人科、精神科などの通院をして、それぞれの医療を受けているが、かゆみは軽減されず、あちこちに引っ掻き傷が認められる。

・かゆみの部位

腰のまわり、大腿部、膝関節内側、足関節周囲、頭皮、両側上腕外側、乳房周辺、口囲、眼周囲、肛門周囲、臀部下方側

・かゆみの時間的変化

早朝はかゆみなし。入浴時、入眠時、食後に著明。入浴時、湯が肌にしみて痛みが増す。

・かゆみの天候との関連

晴れた日、乾燥して、静電気が滞り衣着脱時パチパチ音がするような日は、かゆみが増す。静電気が肌にしみて痛い。

・かゆみと食事との関連

本人は無関係と言っている。

・本人から聴取した食パターンの特徴

肉卵魚は少しだけ食べたり食べなかつたりしている。ご飯中心で、パンも時々食べる。みそ汁1日1杯、チーズ時々食べる。牛乳は嫌い。ヨーグルトは3～4日に1回食べる。油濃い食事は嫌い。果物は毎日(りんご、梨、みかん、干し柿、メロン、フルーツジャム(ティー用))好んで食べる。

自然育児相談所所長 山西 みな子
福岡県立大学看護学部教授 松原 まなみ

著

3. 保健指導

- (1) 下衣服は綿を主にし、化学繊維のものをやめる。
- (2) 果物を2～3日除去テストする。
- (3) パールカルク、ナチュラルバークを内服する。よもぎ茶や3年番茶や実母散を煎じて飲む。
- (4) 睡眠-11時には入眠する。いびきを止めるような鼻テープを貼布する。
- (5) 電気敷毛布をやめユタンボにする。
- (6) よく歩くこと。

4. スキンケアの実際

横臥し、ズボンを臀部の下方まで下げ、上半身の衣服をとり、全体を両手掌で軽く圧迫する、ポラリティを施す。

ナチュラルバークで軽くなで全身マッサージを施し、乾燥肌にうるおいを与える。しばらく(約5分)するとナチュラルバークは皮膚に吸収され、再び皮膚は乾燥してくるので、次はアルテクリームを両手掌にとりわけ両手を合わせて、全身に軽く塗布する。各部位で引っ掻き傷があるところへは局所的に特に丁寧にマッサージを施す。

かゆみの強い部位には、アルテニローションをパッティングする。少ししみて痛みがあるが、アルテクリームやナチュラルバークを塗ったあとでは、いい気分だと言う声も聞かれた。

5. 家庭でできるセルフヒーリング

- ① ルミーズシャンプーを使い、頭皮にふりかけて、よく泡立てる。2～3分間、泡が自然に流れ落ちるままにまかせておき次いでシャワーですすぎ、すすぎ液も全身にゆきわたるようにして様子を見る。
- ② 入浴時、塩を1つかみ用意し、皿に入れておいて、足関節部を塩でもみ洗いをする。
- ③ 入浴時、およそ10～20分前までにナチュラルバーユを皮膚に塗りマッサージをしておく。それからあとに入浴すると湯がしみて痛むのを軽減できる。
- ④ アルテニーニローションは保冷しておき、強いかゆみのとき、パッティングする。
- ⑤ 夫に背面を軽くオイルマッサージをしてもらう。

6. 評価

2週間ほど経過して再診した。

果物を止めてからはかゆみが軽減した。アルテニーニローションは、しみて痛いので強度にかゆいときだけ使って気分はよかった。引っ掻き傷は殆ど消失していた。

7. 反省と考察

皮膚トラブルの多くは、糖の代謝と関係ある人が多いことに気づいている。血糖値の変動を、自覚症状から追ってゆくと朝、餅を食べると昼にやたら空腹感が強いとか、空腹時ふるえて冷や汗が出る、などという。また、左側腹部（脾の部位）に圧迫痛を認めたり、軽圧でこちよさを感じる人が多いことがわかる。

スキンケアを併用して、羅漢液（ラカンカエキス）を内服させる方がより効果的ではないかと思われた。スキンケア用のよもぎ製品は、アルテクリーム、アルテニーニローション、ルミーズシャンプーなどどれも使い勝手がよく、こちよく感じられ熟睡できて体力を消耗しないことがわかった。その他のよもぎ製品では、粉末よもぎ茶は携帯に便利で、出かけた先で服用できる点が便利で、強度にかゆみがある人は忘れず携帯していくことがわかった。

8. まとめ

高齢化社会へ向け医学的、治療の対象にはならないが、苦痛のため休養がとりにくく体力を消耗して心も鬱状態に陥りやすくなっている人々をみかけます。

私たちは、母乳コンサルタントの仕事をとおして、母と子とその家族全員のための、よきナースコンサルタントとして活躍できることを知りました。ホームドクターが必要だと叫ばれている今、私たちは、ホームナースとして病気の予防と回復、救命救急のために働くことができます。私たちの仕事により医学的治療はより価値の高いものとなる反面、各家庭の人々にとってもセルフヘルプ・セルフヒーリングの知恵をもたらします。更なる研修をしたいものと思います。

このレポートをまとめるにあたり(株)アイアンドエム 伊豆社長様、(株)日本創健 館内社長様より資料と御助言を頂きました。

ここに厚くお礼申し上げます。



私の臨床看護例から

(平成8年3月10日発行 第3号より)

1. 鎮痛とかゆみを軽減するために

骨折と捻挫に救急処置として湿布を使いました。内出血のためあつという間に紫色に変化し、腫脹し激痛が始まりました。治療のため医院で処置を受けても苦痛は軽くなりません。夜も痛くて眠れない日が3～4日続きました。鎮痛剤はその場限りは効くのですが、すぐまた持続痛が始まるのです。そこで絆創膏を貼って貼りその上からアルテニーニローションの湿布をしました。痛みはすうっと軽くなりました。再び痛くなったらローションをふりかけたり、ローションを浸したウェットティッシュを使うととても楽になりました。そればかりか医師の治療を妨げることはありません。ウェットティッシュは現在小型しかありませんが、学童や中・高校生などのクラブ活動によるけがの際には自分で貼るように教えておくとよいと思います。



アルテクリーム
(80g と 20g)

2. アトピーの眠りをたすけるために

ステロイドを塗って楽になる子はまだしも、強いかゆみのためせつかくの強い薬も功を奏しない子がいます。親子共々不眠で疲労し、免疫が低下悪循環となるためアトピー症状は激化します。そのときナチュラルバーユでエステティックのように全身をマッサージしてスキンケアをします。しばらくしてからアルテクリームを全身に塗ります。保湿効果が高まり強度のカユミもおさまります。頭の中は毛髪をかきわけて、丁寧に塗ります。頬は血と浸出液でべとついていることが多いのですが同じようにスキンケアをしてアルテクリームで保湿するととてもきれいに乾いてきます。夜もよく眠れるようになり元気が出てきます。

3. 更年期から高齢者までのスキンケアに有効

40代から50代にかけて、入浴時、皮膚が痛み入浴後はとてもかゆみが増すことがあります。衣類の静電気が皮膚を刺すように感じる場合があります。エアコンの乾いた空気が身に染みてかゆみを強くします。皮膚は白く粉をふいたようになり、あちこちがひっかききずだらけになると同時に尻べたの辺りは化膿して座ることさえままならないという悩みを抱いている方が多いのです。

ナチュラルバークでスキンケアをしたあと、アルテクリームをたっぷり塗ります。又アルテローションを全身にはたきつけても効果的です。冷たくして気持ちよくなるまで何回もくり返して塗ったりはいたりして下さい。

4. 鼻の穴のふさがってしまった4歳児のケア

4歳の女の子の鼻の穴は血液の混じった鼻汁でハナクソが固まってかさかさとしからびて割れています。丁寧にバークでしめらせて鼻の穴を掃除しました。そのあとへアルテクリームをうすく塗りました。三日間ほどくり返しました。もうすっかり鼻の穴があいて息が楽にできました。

5. 陰部がかゆくてヒリヒリする30代の主婦

陰部から肛門にかけて突然かゆみが始まり病院で調べてもカンジダやトリコモナスではありませんでした。でもかゆみがあってじっとしてられません。入浴後外陰から肛門へナチュラルバークを塗ります。そのあとアルテクリームをうすく塗ります。2～3回のケアでかゆみは消えました。