



スマホで見れます

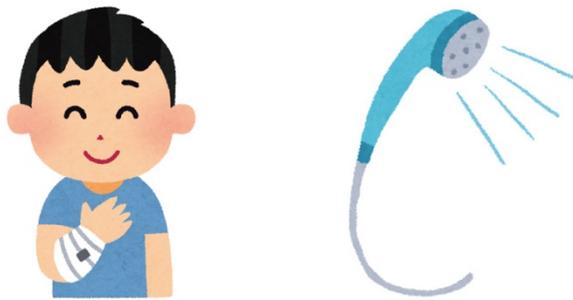
# 手術・処置を受けた翌日～の自宅ケア



「キズを縫った！翌日からの自宅処置は？」

## (1) 患部を覆っているガーゼをはずします。

- **シャワー**時に、一緒に患部も処置するのが楽です。もしそれが心配であれば、患部だけ別に、洗面所で処置してもOKです。
- キズからの血餅や浸出液が付着して、ガーゼが剥がれづらいときは、患部+ガーゼをまとめて**水道水**でぬらしながらゆっくりと剥がすと痛みが最小限ですみます。
- 水道水の温度に指定はありませんが、「ぬるま湯」で「**水圧（水道水やシャワーの勢い）を低め**」にして処置をするのがオススメです。



## (2) 泡だてた石鹸（泡石鹸）で患部を優しく洗います。

- ノズルを押すと**泡石鹸**が自動で出てくるタイプの石鹸が使いやすいです。石鹸の種類はご自宅でお使いのボディソープやハンドソープ（例：ビオレ、ミューズ）で結構です。
- 患部を洗うのではなく、泡を介して患部に直接接触らないようにして洗うと良いです。患部の上の泡は浸出液や血糊を吸着してくれます。



### (3) 患部に軟膏を塗り、ガーゼで保護します。

- 患部に軟膏を塗る時、衛生面を考慮して、アイスの木べらや綿棒を用いるとよいでしょう。裏技として、ガーゼに軟膏を塗ってしまう方法があります。この方法は、患部に直接触れなくてすみますので痛みを最小限にすることができるうえに、簡便で衛生的です。
- ガーゼはキズにくっつきづらいように表面がフィルムなどでコーティングされているタイプのものがオススメです。（例：ラップキュア、エスアイエイド）



### (4) テープや包帯で固定します。

- キズを保護するテープや包帯は最小限が望ましいです。
- 手や足のキズの場合、患部の近くの関節を動かしていいのか、動かさないほうがいいのかは主治医の先生に確認しましょう。動かさない方がいい場合、副子（当て木）などで固定をすることが多いです。



「ちょっと待って！消毒しなくていいの？」

- 消毒は不要です！
- 消毒はバイキンもやっつけますが、キズの治りも妨げます。バイキンは消毒よりも水道水で洗い流した方が効率的に減らせることがわかっています。



「経過で何か問題がありましたら外来にお電話ください」