床ずれになりやすい身体的な特徴が どの程度あるかを確認して、 最適なマットレスをお選びください。

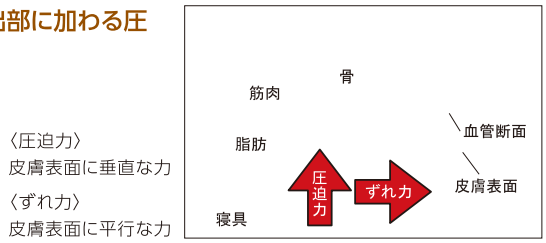
床ずれができる理由とは

体の向きを頻繁に変えることができないため、骨突出部など体の一部に圧迫力やずれ力が集中的かつ継続的に加わることが、床ずれ発生の大きな要因です。また、基礎疾患や湿潤、栄養状態などの間接的な要因もあります。

●床ずれ発生の方程式



●骨突出部に加わる圧



床ずれになりやすい身体的特徴とは

床ずれになりやすい人の特徴として、厚生労働省から病院や医療関係者を対象に示されている6つの項目があります。

【褥瘡対策に関する診療計画書】にある危険因子

- 自力体位変換（寝返り）
- 病的骨突出（体型：やせ）
- 浮腫（局所以外のむくみ）
- 関節拘縮（下肢の変形）
- 皮膚湿潤（多汗／尿・便失禁）
- 栄養状態低下

この中でも身体にかかる圧（圧迫力やずれ力）の影響を受けやすい要因がこれら4項目です。

体圧分散寝具の選定方法

床ずれのある・なしに関わらず、床ずれになりやすい身体的な特徴がどれだけあるかを確認し、最適なマットレスを使って予防することが重要です。

●自力体位変換（寝返り）

自分で寝返りができないと、一定の箇所に連続して圧迫力が加わり血管が変形する。

●病的骨突出（体型：やせ）

痩せて筋肉や脂肪が少なくなり骨や関節が出っ張ること。これに圧迫力やずれ力が加わると、クッションである筋肉や脂肪層が少ないため血管に直接力が加わりやすくなり、血管が変形しやすくなる。

●浮腫（局所以外のむくみ）

組織の間に水が溜まり組織の弾力性（回復力）がなくなる。これに圧が加わると、クッションである筋肉や脂肪層が弱く血管が変形しやすくなる。

●関節拘縮（下肢の変形）

脚の変形や膝が曲がることにより、下肢とマットレスとの接触面積が少なくなり、下肢全体で支えず一部（局部）で支えるために局部の圧迫力が高くなる。

危険要因判定（体圧分散寝具選定の目安）

床ずれ危険要因	程　度	点　数
自力体位変換能力	あり	0
	どちらでもない	1.5
	なし	3
病的骨突出	なし	0
	軽度・中等度	1.5
	高度	3
浮　腫	なし	0
	あり	3
関節拘縮	なし	0
	あり	1

判定結果	得　点	体圧分散寝具
軽　度	1-3	特に安定感が必要な場合は静止型が最適。
中等度	4-6	体圧分散性能や除圧性能に優れた高機能タイプのエアマットレスが最適。
高　度	7-10	

エアマットレスの設定

エアマットレスを使用する場合は、確認した床ずれになりやすい身体的な特徴に合った設定をすることが、最適な床ずれ対策につながります。

使用するエアマットレスが、ご利用者の身体状況に応じた設定ができるかを事前に確認しておきましょう。