

4月になり桜も満開、新しい年度の始まりです。大阪では府市統合の象徴として大阪公立大学が開校。日本では18歳で成人として認められる区切りの年度になります。成人式とは奈良時代の男性でいう「元服」、女性でいう「裳着」にあたり、対象年齢は12歳から16歳。1人前になった証として、新年を迎えた初めの満月の日に行うとされている成人式は1月15日となったようです。ある調査会社の集計から「大人になったと思う瞬間は？」との問いに、第2位が「成人式に参加した時」、第1位は「お酒を飲んだ時」だったそう。「クレジットカードは作れるけどお酒が飲めない大人が、はたして大人なのか？」という議論もあるようですが、「大人」とは、考え方や態度が十分に成熟している人のこと。成人した子供が増えていかに、自称大人である我々が教育しなくてはなりません。

今回は久しぶりに褥瘡関連(マットレス)について。褥瘡ラウンドも年数を増すにつれ成熟し、メンバーも世代交代が進んでおります。今年度から褥瘡対策に、栄養管理、薬学的管理を盛り込まなくてはならなくなりました。

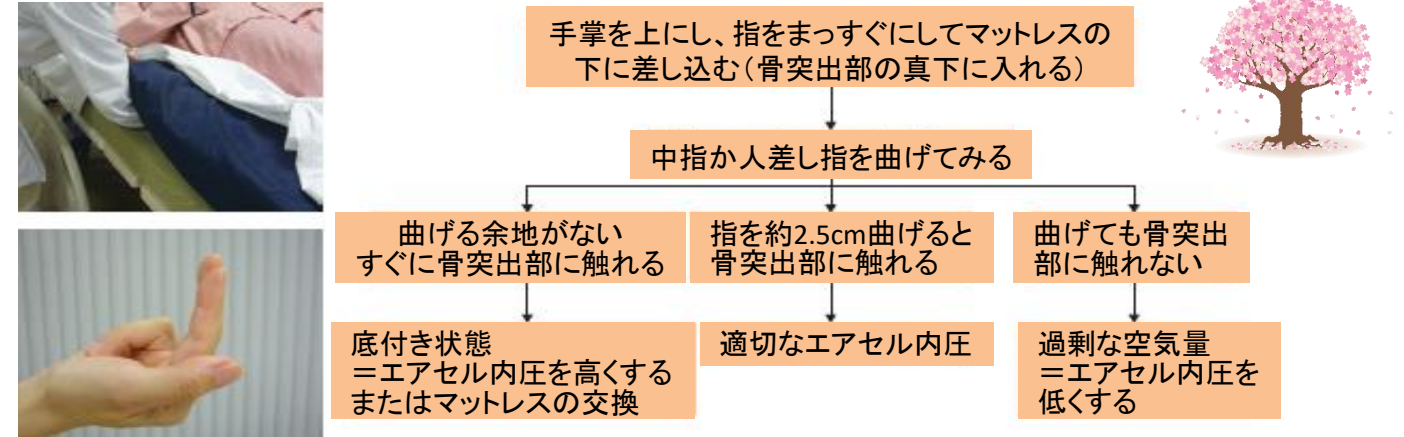
人間の毛細血管内圧は通常、32mmHgで、これ以上の圧力が加わると毛細血管が閉塞状態になり皮膚組織に血が通わなくなってしまいます。褥瘡を予防するにはこの数値以下に保持することが大切です。除圧マットレスは32mmHg以下に調整、減圧マットレスは常に32mmHg未満に管理できる機能があり、標準マットレスと比較すると体にかかる圧力を低く管理できるものとされているようですが、どのマットレスにもどれだけの圧力を提供できているかという確実なdataがないので最近では「圧再分配 (pressure redistribution)」という概念が提唱されます。



当院の褥瘡予防マットレスには「リラク」と「プライム」の2種類が使用されています。プライムは通常のマットレスの上にひくタイプ。リラクはマットレス自体に圧調整機能が付いています。しかし、適切な圧力に対応できているか、底付きが起こっていないかどうか、ちゃんと確認しておかないと、マットレスを入れているのに褥瘡がよならないという状況になるかもしれません。

### 底付きの見極め方

真田弘美, 須釜淳子: 改訂版 実践に基づく最新褥瘡看護技術, 照林社, 東京, 2009.62. より引用 (写真提供: 大桑麻由美)



### 栄養管理も大事 (栄養指標としてよく使用されるマーカー)

- 血清アルブミン (4.0~5.0g/dl): 肝臓で合成されるタンパク
  - トランスサイレチン (22~44mg/dl): プレアルブミンと言われ最も栄養状態を反映すると言われている。
  - 総リンパ球数 (1600~3400/ul): 800未満で高度栄養障害と言われている。
  - トランスフェリン (200~300mg/dl): 鉄の輸送タンパク 半減期短く栄養状態を早期に反映する
  - コリンエステラーゼ (214~466U/L): 低栄養、肝機能障害で低値を示します。
- これらの指標は肝機能障害で低値を示すため注意が必要です。

### 忘れがちな亜鉛補充

**血清亜鉛値**  
 60 μg / dl 未満: 亜鉛欠乏症  
 60~80 μg / dl: 潜在性亜鉛欠乏

亜鉛は「細胞分裂」や「核酸代謝」に重要な役割を有しており、たんぱく質の合成や細胞再生に関わっています。そのため欠乏すると「創部の修復力が低下し、創傷治癒が遅れる」こととなります。一般病棟ならアルジネートウォーターを処方できます。

