

高齢者のスキンケアの見直し

～乾燥肌の改善と潤いある肌作りを目指して～

石巻港湾病院 2階病棟スタッフ 研究チーム

問題点

高齢者の皮脂の多くは皮脂腺や汗腺の機能低下により潤いを失い、著しいケースでは皮脂の落屑が多々認められます。当院で実施した実態調査によると病棟患者様47名の内、約6割が乾燥肌でありました。得に経管栄養を実施している患者様には入浴や毎日の清拭ルチーンのスキンケアでは不十分であり、何らかのスキンケアが必要とされました。

目的

＜1＞高齢者の乾燥肌に及ぼすベビーオイルとマッサージの効果

＜2＞療養型医療施設における高齢者スキンケアの実態調査

経管栄養を実施している9名の患者様を対象として、ベビーオイルを使用したマッサージの老人性乾燥肌に及ぼす効果を試みました。清拭との関係、マッサージの回数などによって皮膚がいかに変化するかの観察を行いました。高齢者の乾燥肌のケアは必要不可欠のものであり、放置すれば重症へと移行する懸念もあり医療的処置が必要となります。原因として皮脂欠乏が考えられ、特に経管栄養のVB2、VB6欠乏は考慮しなければならない問題と思われますが、外からのケアが有効であることが判明したことにより掻痒感を自ら訴えることのできない、または困難な患者様がストレスを軽減されたのではないかと考えられます。

今回この研究を通じ看護婦として関われるスキンケアの必要となる高齢者の乾燥肌への方法に大きな学びがあったのでここに報告します。

高齢者の皮膚の多くは皮脂腺や汗腺の機能低下により潤いを失い、著しいケースでは皮膚の落屑が認められます。当院に入院された患者様を対象とする事前調査では、1病棟の患者様47名のうち、肉眼的にはっきりと認識できる乾燥肌をもつ高齢患者様の割合は約6割にも達しました。

中でも経管栄養を実施している患者様に乾燥肌が多くみられ、入浴や毎日の清拭、緑茶を使った手浴・足浴のスキンケアでは不十分と感じ、今回、当院入院患者様の中から経管栄養を実施している患者様を対象としたスキンケアの改善に取り組みました。

この研究の目的は、

1. 高齢者の乾燥肌に及ぼすベビーオイルとマッサージの効果を把握する。
2. スキンケアの回数と皮膚の変化を観察し、適切な援助方法を見つけることにあります。

この取り組みにあたり、私たちは、当院と同様の療養型医療施設を対象として高齢のスキンケアの現状把握を目的とした実態調査を行いました。

スライド…(アンケート内容)

「老人乾燥肌の定義」は65歳以上でカサカサ肌から落屑が見られる状態をいいます。

「項目」として

- 1.患者様全体に対する“乾燥肌”のみられる患者様の割合
- 2.“カサカサ”のみられる部位と順位全身・上半身・上肢・下半身・大腿・下腿
- 3.食事摂取形態の違いによる差の有無・順位経口摂取・経管栄養・VH
- 4.通常のスキンケアの方法
- 5.乾燥肌に対する特別なケアの有無・方法・効果についてアンケートを出しました。

スライド…(アンケート結果)

この調査で分かったことは、経管栄養の患者様に乾燥肌が多く、具体的な部位としては下肢に多く見られるということです。また、スキンケアの方法では、ベビーオイルによるマッサージが効果的であるとする意見が多くありました。そこで、当院における今回の取り組みにおいても、ベビーオイルの塗布にマッサージを併用した方法を検討してみることにしました。

方法

経管栄養を実施している高齢患者様6人を対象として、ベビーオイルとマッサージ効果を調べてみました。特に、カサツキの多い下肢全体に、ベビーオイル約3ccを用い、肌に馴染ませる様にマッサージするスキンケアを週2回、2週間サイドで試みました。

同様な方法で週3回、毎日と2週間サイドで実施した結果を比較いたしました。

皮膚の変化を肉眼的に観察する主観的データーと皮膚の油分値と水分倍を測定する客観的データの2点から判定を行いました。

結果

実施前は皮膚の落屑が著しく、シーツにポロポロ落ちている状態でしたが実施後はほとんど見られなくなり、ベビーオイルによるマッサージは効果的であることがわかります。

マッサージの回数と関係は、塗布し始めた頃から効果が表れ回数とはあまり関係はないようです。

スライド…(理想値のグラフ)

つづいて、客観的データとして皮膚の乾燥状態を数値で表せないものかと考えて、某化粧品会社から皮膚の油分、水分を測定できる器械をお借りして測定することにしました。

スライド…(患者様の測定値の変化)

これは、患者様6名の細分、水分の測定結果です。

スキンケアの回数を増すごとに油分、水分の値が理想的に近づいている事がわかります。

Aという患者様の場合、週3回のケアでは、油分4に、水分12まで改善いたしました。

ケアの回数は直接皮膚の状態に影響し、週2回から週3回のケアでは明らかにその結果に変化が見られ、週3回のスキンケアで十分な目的が達成されたと思います。

考察

これまでの結果が示すように、ベビーオイルを用いたスキンケアは効果的であり、主観的、客観的データにしてもそれを裏づける結果となりました。

高齢者の乾燥肌を改善するにはスキンケアではなく、栄養状態もまた大きな影響因子ではありますが、私たち看護者として関われる一つの方法は効果的なスキンケアを確実に実施することにより現状を改善し、又、悪化させないことではないでしょうか。

最後に、高齢者のケアの基本は、患者様のQOLを尊重したケアにあります。

今回のスキンケアなどの基本的援助がとかくルチーンワークになりがちな行為を反省し、この調査を通じて効果的なスキンケアの援助方法を見つけた事に、大きな成果を感じました。今後さらに、この成果を生かして、高齢者の潤いのある肌づくりを目指したケアにありたいと思います。

質疑応答

Q 特にベビーオイルを選んだ理由は何か（西伊豆病院:山本）

A アンケートをとった結果ベビーオイルが多かったので選んだ

Q ベビーオイルとはなにか。どういうものか（座長）

A 昔からある。赤ちゃんの肌に良い。皮膚の汚れを落とすと言われている

Q 当院は皮膚科のDrからの学習でナイロンタオルは皮膚に良くないという理由で晒に変えた。ナイロンを使う理由はなにか（竹川:柴山）

A タオルを使ってみたが汚れが落ちにくかったので、ナイロンに変えた

Q 勉強会で石鹸で泡立てて撫でるようにするだけで汚れは落ちる。油分は取ってはいけないと学んだ。ベビーオイルは保湿剤として使用していると思う。水分の喪失を防ぐので、入浴後、湿度のあるうちに使うと良いと言われるが、オイルはいつ使っているのか（竹川 柴山）

A 入浴後も清拭後も関係ないという結果が出たので、1時間以内に使用している。研究は夏に取り組んだので、かさつきの例が少なかったが寒さで今は増えている