

「ひふ・うふふ」で褥瘡スキルアップ講座が開催されました！

編集室



ポジショニング演習の様子。ベッドに寝る参加者に対し、講師の岡部氏がクッションでのポジショニング調整を実演している。

2026年5月23日（土）、医療介護福祉従事者への教育支援を行うスキンケアサポートプロジェクト「ひふ・うふふ」（主宰：岡部美保氏）のスキルアップ講座が前橋東看護学校（校長：上間貴子氏）にて開催されました。「ひふ・うふふ」は、習得した知識・技術を所属先のスタッフに伝達する「リンクナース」を育成することを目的に、日々のスキンケア等に役立つ講座を定期的で開催しています。

予防的・治療的褥瘡ケアの基本

当日は20名の参加者が受講し、褥瘡をテーマに「予防的・治療的褥瘡ケア」を学ぶ座学、「在宅でできるポジショニング」を学ぶ演習の2部構成で講座が展開されました。

第1部ではまず講師の岡部氏が、予防的褥瘡ケアの基本を解説しました。岡部氏は、高齢者の皮膚は加齢に伴う生理的老化や全身のフレイルに伴って乾燥や粘弾性低下を複合していて、創傷などの皮膚障害に対する脆弱性が増加している「スキNFLレイル」の状態にあることが多いと指摘しました。その上で、褥瘡を予防するには、①褥瘡発生リスクをアセスメントする、②体圧分散のケア、③予防的スキンケア、④栄養管理、⑤多職種連携による褥瘡ケア、の5点が重要と主張しました。褥瘡発生リスクについては、ブレイデンスケールや褥瘡危険因子評価表など、代表的なアセスメントツールがあることを紹介し、「点数の判断に迷ったら、できない（悪い）方を選ぶ」といったコツも伝えられました。また、褥瘡の発生は生活状況と密接に関わってくることから、アセスメントには患部の皮膚だけでなく全身状態や居室での過ごし方の確認、療養者のライフスタイルや価値観の把握も求められるとし、生活全体を俯瞰的に観察することの重要性についても強調されました。

続いて、褥瘡ケアの治療が解説され、褥瘡の評価ツールであるDESIGN-R® 2020による評価の仕方が解説されました。褥瘡の症例写真が提示されなが

ら、参加者全体にDESIGN-R® 2020での評価が問われ、良性肉芽と不良肉芽の違いについて、色や硬さなどの観察ポイントを交えながら詳しく説明されました。

在宅でできるポジショニング調整

第2部の演習では特殊素材（スニペット・ピロー）を組み合わせたクッションである「ロンボ」「エニモ」（ケープ社）を使用しながら、ベッドに寝る療養者のポジショニング調整を実際に体験しました。まず岡部氏が見本を見せ、3～4名のグループに分かれた後にお互いにポジショニング調整を実施しました。まず、療養者の身体（体幹）の軸が歪んでいないかを確認し、クッションを折りたたんで療養者とベッドの間に挟み込みました。その際に、足底にもクッション等をあてがうこと、身体とベッドの間にクッションを挟み込んだら身体をゆらゆらと揺らして馴染ませて、筋緊張を解くこと、身体（特に骨盤）が浮かないように、クッションやバスタオル等を挟み込むこと、といったポイントが安楽な姿勢をつくるための工夫として共有されました。

*

講義が終了した後に当日の感想や日々の仕事での疑問点を話し合う「サロン」も開催され、参加者たちは充実した時間を過ごしました。「ひふ・うふふ」では褥瘡やスキンケアに限らず、さまざまなテーマの講座が開催されています。自身の看護についてスキルアップしたい方は「ひふ・うふふ」の講座を受講してみたいかがでしょうか。興味のある方は公式Webサイト（右記の二次元バーコード）をご覧ください。

