

傷あとケアについて  
もっと知りたい方は…



ニチバン 傷あと



医療機関名

\\ ケガや手術の傷の後に //

# 目立つ傷あとに ならないために

大切なのは早めのケア

傷あとが赤い

何年も前の  
手術の傷あとが  
痛い

ひきつれた  
ような  
感じがする

ミズ腫れの  
ように  
なっている



あなたの傷あとは大丈夫…？

## 異常な傷あとの特徴

### 異常な傷あと

- かゆみ、痛みがある
- もとの傷よりも広がっている
- 赤く盛り上がっている
- 手術から数年経過したが、痛みやかゆみを感じる



帝王切開の傷あと



帝王切開の傷あと

### 異常な傷あとはこんな場所にも…



BCG接種後の異常な傷あと



ピアス後の異常な傷あと



胸部手術後の異常な傷あと

## 正常な傷あとの特徴

### 正常な傷あと



帝王切開の傷あと

- 赤み・かゆみ・硬さ・盛り上がりがなく、白くならかな傷あと
- 3か月～1年かけて炎症が消失し、肌の色に近い傷あとになる



どうして異常な傷あとになってしまうのでしょうか？

次ページで異常な傷あとになってしまう原因と対策を紹介しています。



# 異常な傷あととはなぜ起こるの？

## 遺伝・その他

### 高血圧

異常な傷あとが多い症例では、高血圧の合併が多いことが分かっています。

### 妊娠

血流量の増加や性ホルモンの影響で異常な傷あとになる可能性があります。

### 遺伝

異常な傷あとができやすい因子が遺伝する場合があります。

## 傷の深さや傷への刺激など

### 傷の深さ

傷が深くなるにつれ異常な傷あとになる可能性が高くなります。

### 治りの遅い傷

感染などによって傷の治りが遅れると異常な傷あとになることがあります。

### 傷にかかる力

日常の動作で皮膚が引っ張られる場所に発生しやすくなります。



### 「ケロイド体質」とは…？

「ケロイド体質」とは、単純に体質がある・ないと区別できるものではありません。重度の異常な傷あとには遺伝的な因子や傷への刺激など様々な原因が複雑に関与しています。「ケロイド体質」とは「異常な傷あとができやすくなっている状態」と考えましょう。

異常な傷あとにしないために！

## 早期のケア・早期の治療が大切

早めにケアを行えば、傷あとを最小限に留めることができます。

# 早期のケア・治療方法について

## ケアの方法 異常な傷あとにならないために

### テープでの固定

皮膚が引っ張られることによる傷あとへの刺激を抑制することができます。最近では予防のための傷あとケア専用のテープも発売されています。



### コルセットやサポーターでの固定

可動部や関節の動きを制限することで異常な傷あとになるのを防ぐことができます。傷あとをテープで固定する方法と併用することでより効果が高まります。



## 治療の方法 異常な傷あとになってしまったら

色々な治療方法を使い分けたり、併用します。

### 内服薬



### 副腎皮質ホルモン (ステロイド)



### 副腎皮質ホルモン (ステロイド テープ剤)



### 手術



### 放射線



次ページのチェックシートを使って、毎月傷あとの様子をチェックしましょう。早期のケア・早期の治療のためにはセルフチェックをすることが重要です。



# あなたの傷あとは どのような状態ですか？



指で触ってチェックしましょう。

傷あとが大きい場合は手のひらを使って  
チェックしてみてください。

毎月セルフチェックを行い、  
傷あとを観察してみましょう



## q1 傷あとの盛り上がりについて

- 平らである(0点)
- 盛り上がっている(1点)



盛り上がっている傷あと

## q2 傷あとの硬さについて

- 周囲の皮膚と同じである(0点)
- 周囲の皮膚と比べて硬い(1点)



## q3 傷あとの赤みについて

- 周囲の皮膚と同じ、または  
白い線状になっている(0点)
- 周囲の皮膚と比べて赤い(1点)



白い傷あと

赤みのある傷あと

## q4 傷あとの痛みについて

- 痛みはない(0点)
- 痛い(1点)



## q5 傷あとのかゆみについて

- かゆみはない(0点)
- かゆい(1点)



術後 1ヶ月目	術後 2ヶ月目	術後 3ヶ月目	術後 4ヶ月目
合計	合計	合計	合計
点	点	点	点

術後 5ヶ月目	術後 6ヶ月目	術後 1年後	術後 2年後
合計	合計	合計	合計
点	点	点	点

0~3点 ▶ このまま経過を観察し、点数があがれば  
形成外科か皮膚科へ受診しましょう。

4~5点 ▶ すぐに近くの形成外科か皮膚科へ受診しましょう。