



キズの手当 (湿潤療法：モイストヒーリング)

モイストヒーリングとは？

キズ口を『よく洗う』『消毒しない』『乾かさない』を 3 原則として行うキズの治療法です。
以下のようなメリットがあります。

- ①キズが早く治る ②痛みが少ない ③キズ跡が残りにくい



モイストヒーリングの実際

1.キズを水道水でよく洗う

キズに石や砂、ごみなどが残っていると感染の原因となるので、水道水でよく洗い取り除きます。
石鹸をよく泡立てて洗いましょう。

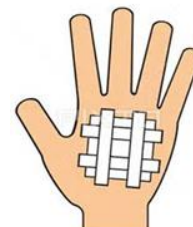


2.キズの処置

洗浄後、清潔なタオルやガーゼで水分をふき取ります。
出血している場合は、キズを圧迫して止血しましょう。

3.キズの保護（キズを乾かさないようにする）

キズにワセリンを厚めに塗りガーゼをあて、テープで止めます。
キズ口は毎日流水できれいに洗いましょう。
(モイストヒーリング専用の絆創膏も市販されています。使用方法をよく読んで使いましょう。)



4.治療の完了

キズがピンク色になり、新たな皮膚ができれば完了です。新しい皮膚はシミになりやすいため、1 ヶ月
は日焼け止めを塗るなどの紫外線対策をしてください。



「止血できない」「深い・開いている」「しびれや動かしにくさがある」

「異物が残る」「咬まれた」「赤く腫れる・膿が出る」などの場合は受診してください！