

褥瘡予防：スキンケア チェックリスト&観察ログ

乾燥・摩擦・失禁（IAD）対策の「観察→実施→振り返り」を1枚で

患者情報（記入欄）

氏名／ID： _____

病棟： _____

開始日： _____

担当： _____

リスク評価（例：Braden等）： _____

皮膚観察（毎日） | まずは「発赤」「浸軟」「乾燥」「びらん（IAD）」を拾う

観察ポイント（該当すれば☑）

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 体位変換・除圧後も残る発赤（非退色性） | <input type="checkbox"/> 濡潤／汗／失禁で皮膚がふやける（浸軟） |
| <input type="checkbox"/> 乾燥・落屑・かゆみ（保湿不足） | <input type="checkbox"/> びらん／発赤が広がる（IADの可能性） |
| <input type="checkbox"/> 摩擦・ずれ（スライディング、移乗時） | <input type="checkbox"/> 痛み・熱感・腫脹、滲出液・臭気（感染サイン） |

好発部位（所見）

仙骨： _____ 足： _____ 大転子： _____

坐骨： _____ 外果： _____ 肘： _____

肩甲部： _____ 後頭部： _____ 皮膚トラブル部位： _____

スキンケア実施（標準ルーチン） | 「こすらない」「濡れたままにしない」「必要ならバリア」

今日の実施（☑）

- | | |
|----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 洗浄 | ぬるま湯／低刺激。失禁後は早めに洗浄・清拭。 |
| <input type="checkbox"/> 乾燥 | こすらず押さえ拭き。皮膚間は特に水分残りに注意。 |
| <input type="checkbox"/> 保湿 | 乾燥部位に。入浴後や清拭後など「乾いた直後」に塗布。 |
| <input type="checkbox"/> バリア | 失禁・湿潤が続く部位に（皮膜・亜鉛華・ワセリン等）。 |
| <input type="checkbox"/> 摩擦・ずれ対策 | 移乗・体位変換はリフト／シーツ活用。皮膚にせん断を作らない。 |

よくある失敗（詰まりどころ）

熱い湯・強い石けん／ゴシゴシ拭き、濡れたままの保湿、バリアを「濡れた皮膚」に塗る、ワイプで摩擦を増やす、体位変換時のずれ放置。

申し送り／次回の調整

スキンケア実施ログ（7日分）

チェック+所見メモで「やったのに悪化」を減らす

日付／時間帯	洗浄	保湿	バリア	皮膚所見（要点）	実施者
1日目 AM (　月　日)					
1日目 PM (　月　日)					
2日目 AM (　月　日)					
2日目 PM (　月　日)					
3日目 AM (　月　日)					
3日目 PM (　月　日)					
4日目 AM (　月　日)					
4日目 PM (　月　日)					
5日目 AM (　月　日)					
5日目 PM (　月　日)					
6日目 AM (　月　日)					
6日目 PM (　月　日)					
7日目 AM (　月　日)					
7日目 PM (　月　日)					

悪化時の対応メモ（簡易） | 迷ったら上位者・WOC/皮膚排泄ケアへ相談

- ・非退色性発赤／水疱／皮膚剥離が出た
 - ・痛み/熱感/滲出液/臭気
 - ・失禁が続く／浸軟が改善しない
- 評価（部位/大きさ/深さ/写真）と除圧・体位・スキンケア手順を見直す。