

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"/> 湿潤／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： _____ | 踵： _____ | 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。