

# 認定トピックス Vol.72

認定看護師会 2022年9月28日



## 今回は痛みについてのお話です。

### 赤ちゃんの痛みのケア、はじめました

新生児集中ケア認定看護師



保育器に入っている赤ちゃんが、採血のあとに泣いています。どうしますか？公園で、子どもが転んで泣いていたら近くに寄って行って、「どうしたの？大丈夫？ここが痛いの？よしよし、頑張ったね。」といいながら、体をなでますよね。全く一緒です。人は痛いときだれかがなでてくれると痛みが和らぎます。それは、小さな赤ちゃんでも全く一緒です。私が若かりし頃（20年くらい前・・・）赤ちゃんは痛みを感じないという誤解から、痛みのケアが重要視されていませんでした。ですが、赤ちゃんは痛みを感じており、大人よりも強く、長く感じている可能性もあると言われていました。さらに、痛みによる長期的な発達への影響も懸念されています。

採血の際には、医師と看護師の2人で処置に入り、看護師が赤ちゃんを包み込み、おしゃぶりを吸わせながら、「頑張れ」と声をかけるという痛みのケアを本格的にはじめました。赤ちゃんの表情から痛みのスケールをつけて記録に残し、次回の痛みのケアに役立てます。痛みのケアをすると、採血のあとに泣き叫んで泣きやまず、いつまでも泣き続けるということが無くなってきました。

### 褥瘡（床ずれ）は痛くないってホント??

皮膚・排泄ケア認定看護師



「褥瘡は痛くない」と聞いたことはありませんか？私が若かりし頃（20年位前・・・）「褥瘡は 痛くない」と先輩に教えられたことがあります。確かに、褥瘡を洗浄したり、デブリを行っても 痛みを強く訴える方はいませんし、鎮痛薬を投与してから褥瘡のケアをすることも少ないと思います。しかし、「痛くない」のではなく「痛みを訴えられない」方が多くいるのだらうと思います。調べてみると、『褥瘡の中でも、真皮層が損傷した状態、DESIGN-R2020のd2では、強い痛みを感じます。それは、神経終末が真皮層に集中しているためで、むしろ深い創のほうが痛みは少ないといわれます。また、創に炎症や感染などがみられる場合も痛みを伴いやすいといえます。』と記載されていました。よって、「褥瘡は痛くない」というのは、間違いということになります。

褥瘡の発生はQOLに影響します。痛みはさらに心の安定にも影響します。現在は、剥離剤や シリコン粘着剤テープなど愛護的にケアができる製品が販売されています。それらを積極的に利用し、痛みを緩和したケアを実施していきたいですね。

マール社 医療と健康イラストカット  
ナツメ社 医療の現場で役立つイラストカット

認定看護師の役割は**実践・指導・相談**です。様々な場面で困ったことやわからないことなどの相談を受け付けています。お気軽に声をかけてください。