

皮膚の老化現象！ スキNFLレイル

「フレイル」とは2014年に日本老年医学会が提唱し、英語の「frailty（虚弱）」から作られています。「スキNFLレイル」は 皮膚の機能低下をいい、乾燥や皮膚の柔らかさが低下し、傷や炎症などに対する皮膚の耐久性が弱くなっている状態と言えます。

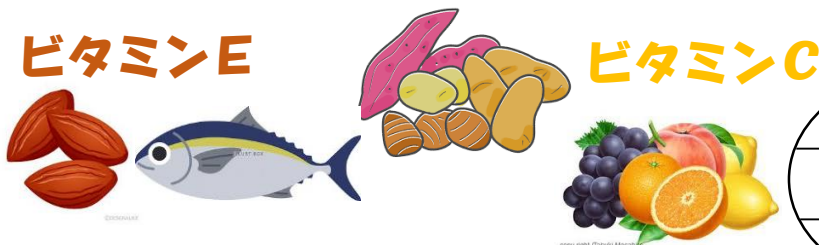


参考文献: 飯坂真司ほか日本創傷・オストミー・失禁管理学会誌
2018.22(3):287-296
https://medical-tribune.co.jp/news/2020/0228524462/index.html?_login=1#_login

スキNFLレイルをチェックしてみよう！
「はい」の数が多いほどスキNFLレイルが進行しています。

はり低下 (0～4点)	肌をつまむと容易に伸びる	はい・いいえ
	肌をつまみではなしても戻らない	はい・いいえ
	肌がティッシュのように薄くカサカサしている	はい・いいえ
	痛みやかゆみのない紫色のアザが繰り返しできる	はい・いいえ
乾燥 (0～6点)	肌の表面が白い粉をふいている	はい・いいえ
	肌の表面に小さいフケのような薄皮がある	はい・いいえ
	肌は硬くないが触れるとチクチクしている	はい・いいえ
	肌が硬くなるとガサガサしている	はい・いいえ
	一部が赤くなっており押すと消える	はい・いいえ
	こまかな編み目のようなシワがある	はい・いいえ

研究によると「スキNFLレイル」予防には、スキNFLケア・栄養管理・リハビリテーションが必要です。栄養管理では、食事で抗酸化ビタミンのビタミンC・ビタミンEをとると、真皮の密度に関係してくる可能性があるそうです。



承認

3月1日～3月31日迄

管理責任者

担当 (医療安全管理室・皮膚・排泄ケア・川上幸子)