

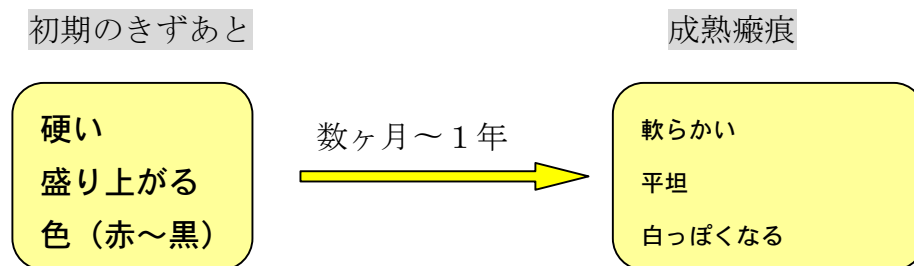
きれいに傷を治すために・・・

どんなケガや手術でも、皮膚が切開されるなどの損傷が加わると、「きずあと」をゼロにすることはできません。ただし、見ても分からないくらいに「目立たなく」することはできるかもしれません。

形成外科は、ただ病気やケガを治すだけでなく、きれいに治すことを目的とした診療科です。できるだけ目立たないきずあとになるための、アドバイスをいたします。

①.「きずあと」は時間とともに変化していきます。それ以上変化しなくなった最終的なきずあとを「成熟癬痕」といいます。

手術後、抜糸が終わればすぐに終了ではありません。個人差はありますが、数ヶ月～1年くらいの経過で成熟癬痕へと変化していきます。



この変化は、正常な反応であり、心配する必要はありません。ただし、この期間に、「目立つきずあと」にならないように、適切なアフターケアが必要です。

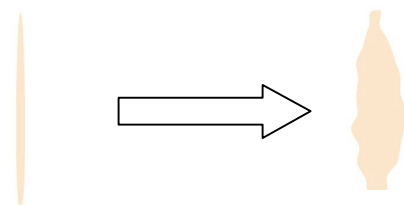
②.きずあとのトラブルと、アフターケア

・きず幅が広がってしまう

皮膚は弾性があるため、きずあとには常に張力がかかっています。そのため、ゆっくりときずの幅が広がり、目立ってしまうことがあります。これを予防するために、テーピングという処置を行います。具体的には、きずにかかる張力を分散させるために、きずあとに直接、医療用のテープを貼ります。期間としては、一番張力の強い、抜糸後1ヶ月から2ヶ月くらいを目安としてください。

テーピングの方法

- 1.入浴前にテープをはがし、通常通り洗浄する。
- 2.きずあとに対して垂直な向きに、テープをはる。



きず幅が広がる場合があります

※ 少しテープを引っぱりながら、皮膚をよせるようにして貼るとよいでしょう。ただし、皮膚がかぶれやすい方は引っぱらずにそのまま貼っても結構です。

※ 皮膚がかぶれやすく、赤くなったりかゆくなったりする場合には、色素沈着をおこす危険性があります。皮膚を保護する被膜を作るスプレー（有料）をお渡ししますので、形成外科外来にてご相談ください。



きずあとの上にテープを貼ります

・ 色素沈着

きずあとに炎症が加わると、浅黒い色がついてそのまま消えずに残ってしまうことがあります。慢性の刺激（摩擦など）や紫外線を避けることが重要です。きずあとをいじらず、できれば抜糸後1年は、日焼け止めクリームなどを使用するようにして下さい。万が一、色素沈着してしまった場合は、しみを取るお薬で色素を取ることができます。

・ 肥厚性瘢痕やケロイド

きずあとがミミズ腫れのように盛り上がったり、その盛り上がりが大きくなっていく状態です。この兆候がある場合、できるだけ早めにお薬の治療など、追加治療が必要となります。形成外科外来にてご相談ください。

③.特にきずあとをキレイにしたい場合には、その後の定期チェックをおすすめします。

必ず必要という訳ではありませんが、見た目がきれいになってほしい場所は、形成外科医師による定期的なチェックを受けることをおすすめします。整容的な術後の定期チェックは、きずあとが正常な成熟過程にあることを観察し、追加処置が必要ないかを確認するためのものです。どれくらいのペースかは、場合によって異なります。

ご希望の場合は、外来にてお申し出ください。

おすすめする定期チェックの例	受診する頻度	最終チェック
切除範囲が大きく張力が強い場所 (頭、関節部、荷重部など)	1～2ヶ月ごと	1年
整容的に目立つ場所(顔、露出部など)	1～2ヶ月ごと	半年
小児で今後成長が予想される場所 (手、関節部、重要臓器の近くなど)	2～6ヶ月ごと	成長終了まで
ケロイドや肥厚性瘢痕になりやすい場所 (前胸部、上腕外側、膝、耳など)	1～2ヶ月ごと	1年
ケロイドや肥厚性瘢痕切除後のキズ ケロイド体質の方	2週～1ヶ月ごと	数年
再発の可能性がある腫瘍切除後	2～3ヶ月ごと	1年

④.きず直しの手術

傷が目立たずきれいに治るかは、体質、皮膚の張力、部位、全身状態、きずの方向、その後のケア、きずの状態など、さまざまな影響を受けます。例えば、手術で予定された切開創と、ケガで痛んだり汚染された傷とでは、治りにも当然差が出ます。

残念ながら目立つきずあととなってしまった場合には、完全に成熟瘢痕となったあとに、きずあとを切除し、再度目立ちにくいきずになるように縫合しなおす、「きず直しの手術」が可能です。この場合も、術後に適切なアフターケアと、定期的な経過の観察が必要です。

- 1.きず直しの手術：きずあとが広がりにくい縫合法を行う。
- 2.目立つきずあとにならないようにする予防薬内服
数ヶ月テーピング
- 3.場合によっては追加の治療（圧迫療法、外用薬、注射など）
- 4.完全にきずあとが成熟したら治療終了