

# 乾性温罨法と湿性温罨法の温熱刺激による保温と保湿効果の比較

高見愛 川上聖美 加田見記 森本佳澄 宇治田拓美  
佐藤遼也 黒崎巧 有藤豪作 藤原大賀 西田奈於斗  
出雲医療看護専門学校 看護学科

Keywords : 乾性温罨法 湿性温罨法 保温と保湿

## 1. はじめに

温罨法とは、体の一部に温熱刺激を与え、血管・筋肉・神経系に作用させる治療法で、患者の安楽を図るための看護技術である。温罨法の温熱刺激による保温と保湿の効果を明らかにすることで、看護学生が行う基礎看護援助技術の向上につながると考えた。また簡易的方法で保温と保湿の効果が得られる援助を検討することは、有用であると考え検証した。

## 2. 研究目的

- (1)温罨法による温熱刺激により保温と保湿効果が得られるのかを明らかにする。
- (2)乾性温罨法と湿性温罨法の温熱刺激による保温と保湿の効果の違いがあるのか検証する。

## 3. 倫理的配慮

本校倫理審査委員会の承認を得た。プライバシーの保護に努め、データは本研究以外には使用せず、研究後は破棄することを説明した。

## 4. 方法

温熱刺激を与えた上肢において ANLAN スキンチェッカー、サーモグラフィーカメラ、マイクロスコプを用い、皮表温・角質水分量・油分量・皮膚表面の状態を観察し評価し、被験者へのアンケートを実施した。20名(20代)を対象に実施した。

## 5. 結果

皮表温では乾性温罨法、湿性温罨法ともに温熱刺激 10 分間で 19 例が測定前の皮表温より 1.4°C上昇した。水分量では全ての被験者で水分量の上昇を認めた。温熱刺激終了後 20 分間の保温ののち測定前より高値もしくは測定前値を維持する結果となったのは、乾性温罨法は 9 例、湿性温罨法は 16 例であった。油分量では乾性温罨法で 17 例、湿性温罨法では全ての被験者が低値を示した。アンケートでは乾性、湿性温罨法共に満足したという回答が多かった。

## 6. 考察

乾性温罨法では 11 例で乾燥傾向をもたらした。これは本研究で用いた温タオルを 45°Cに設定したことによるものと考え

湿性温罨法ではより保湿効果を高めるには温罨法実施前に皮脂質の拭き取りを行う。これにより角質の水分吸収能を高めることができると考える。

## 7. まとめ

- ・乾性温罨法は湿性温罨法より保温効果が得られた。
- ・乾性温罨法のみ温熱刺激では、保湿効果を得ることは難しいと考える。
- ・温罨法実施前に油分のふき取りを十分に行うことで水分保持能が高まる。
- ・湿性温罨法、乾性温罨法の特徴を知ることによって、保温、保湿効果が得られると考える。