

白十字病院 リソースナース便り

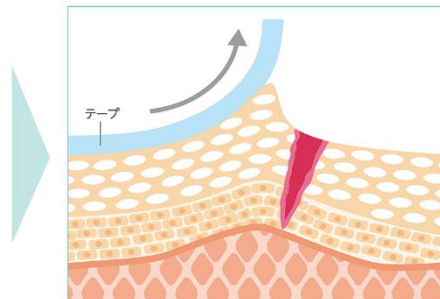
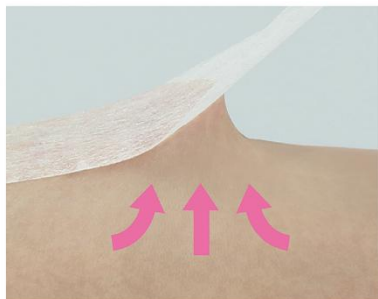
テープによって起こるスキン-テア

第60号
2025年10月発行
担当：岩田真紀
皮膚・排泄ケア認定看護師

スキン-テアとは、摩擦・ずれによって、皮膚が裂けて生じる 真皮深層までの損傷（部分層損傷）を言います。
そんなスキン-テアの中でも特に発生頻度が高い、テープをはがす時に起こる皮膚の“めくれ”や“裂け”「**テープテア**」について、その発生原因と予防方法について紹介します。

テープテアはなぜ発生する？

テープテアは、肌を皮下組織ごと持ち上げるような大きな力がかかることによって発生します。
テープをはがすことによって肌が大きく引っぱられ、肌が裂けるほどの負担になっているのが大きな原因です



予防するための対策方法としては、以下の2つが挙げられます。

①しっかり保湿を行う

肌の水分が少なくなり乾燥しているとスキン-テアを起こしやすくなります。そのため、普段からしっかり保湿することが大切です。保湿剤は1日2回以上塗布できると、スキン-テアに有効であると言われています。

②テープを剥がすときは「リムーバー」を使用する

リムーバー（ワイプタイプ）の使い方

①ワイプを皮膚と粘着剤の境目に当て、剥離剤を染み込ませてテープの端をめくる。



180度折り返しながら剥がします。



②テープを180度折り返し、ワイプ全体を皮膚に滑らせるようにして剥がす。

- ※皮膚に粘着剤が残った場合は、ワイプを残り部分に当て、2～5秒間剥離剤を染み込ませる。
- ※ワイプを皮膚にしっかりと当て、一方向にゆっくりと動かし、粘着剤を移し取るように拭き取る。