

Burn Care

Know how to care for your burn to prevent infection. Make sure you:

- Keep the burned area raised above the level of your heart.
- Keep the bandages clean and dry.
- Change the bandages each day. Follow these steps:
 1. Wash your hands well with soap and water before touching your burn or bandages.
 2. Remove the old bandages. If the old bandages stick to the burn, soak them off with warm water.
 3. Clean off the old cream or ointment with a washcloth wet with warm water and a gentle soap or baby shampoo. Try not to break blisters.
 4. Wash your hands again.
 5. Apply cream or ointment as directed by your doctor:
 - Apply silver sulfadiazine (Silvadene Cream) in a thin layer about the thickness of a nickel.
 - Apply _____ antibiotic ointment. Use just enough ointment to make the burn look shiny.
 6. Follow the direction from your doctor:
 - Do not cover your burn with a bandage.
 - Use non-stick gauze covered with several layers of dry gauze.
 - Use non-stick gauze over antibiotic cream or ointment then several layers of dry gauze.
 - Other _____

火傷のケア

感染症を防ぐために火傷のケアについて知っておいてください。
以下のことに注意しましょう。

- 火傷をした箇所が心臓より高い位置になるようにする。
 - 包帯は乾燥した清潔な状態に保つ。
 - 包帯は毎日交換する。以下の手順に従ってください。
1. 患部や包帯に触る前に石鹸と水で手をよく洗います。
 2. 古い包帯を外します。古い包帯が幹患部に張り付いているときは、ぬるま湯にひたします。
 3. ぬるま湯と刺激の少ない石鹸またはベビーシャンプーで濡らしたタオルで患部のクリームや軟膏をふき取ります。火脹れをつぶさないように注意してください。
 4. 再度手を洗います。
 5. 医師に指示されたとおりにクリームまたは軟膏を塗ります。
 - 5センチコイン程度の厚さにスルファジアジン銀 (Silvadene Cream) クリームを塗る。
 - 抗生物質入り軟膏_____を塗る。軟膏の量は患部に光沢が出る程度。
 6. 医師の指示に従ってください。
 - 包帯で患部を覆わない。
 - くっつき防止ガーゼを使用し、上から何枚かの乾燥したガーゼで覆う。
 - 抗生物質入りクリームまたは軟膏の上からくっつき防止ガーゼを使い、上から何枚かの乾燥したガーゼで覆う。
 - その他_____

For burns on hands or feet, always place a layer of gauze between fingers or toes.

- Gently exercise the area four times a day by bending the joints 10-20 times. Gentle exercise helps prevent stiffness.
- Drink plenty of liquids, at least 10-12 glasses a day.
- Eat extra protein found in meat, eggs, fish, chicken and dairy products. Eat foods high in Vitamin C such as fruits, especially citrus fruits, and vegetables. Good nutrition will help your burn heal.

Call your doctor **right away** if you have:

- Redness or swelling around the wound
- Red streaks going up your arm or leg
- Pus draining from the wound
- Fever greater than 101° F or 38° C
- Increasing pain or pain that is not relieved by medicine
- Foul odor noted **after** the wound has been cleaned and the old dressing has been thrown away

If you cannot reach your doctor, go to the Emergency Room.

手足の火傷については、指の間に常にガーゼを入れてください。

- 毎日4度、10～20回ゆっくりと関節を曲げる運動をしましょう。ゆっくりとした運動は筋肉の凝りをやわらげます。
- 十分に水分をとりましょう。少なくとも1日にコップに10～12杯飲みましょう。
- 肉類、卵、魚、鶏肉、乳製品などに含まれるたんぱく質を多めにとりましょう。ビタミンCが豊富な果物(特にかんきつ類)や野菜をとりましょう。栄養は火傷の回復に役立ちます。

以下の症状が現れた場合は直ちに貴方の医師に連絡してください。

- 患部の赤みまたは腫れ
- 腕や足に赤い筋が見える
- 患部から膿が出る
- 38度(華氏101度)以上の熱が出た場合
- 痛みが悪化する、薬で痛みが緩和されない
- 患部を消毒し、古い包帯を捨てた後に悪臭がする

医師に連絡がとれないときは、緊急治療室(ER)に行ってください。

Burn Care. Japanese.

1/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.