

シリーズ・ひびきのケア
Our Care
5 排泄ケア

「食事」「入浴」「排泄」は、介護の三大要素ともいわれ、ケアを語る上で欠かすことのできない分野です。シリーズ 5 回目となる今号では、ひびきの「排泄ケア」についてご紹介いたします。

「人知れず用を足す」ための排泄ケアを目指す

●「はばかり」という言葉の意味

響の排泄ケアのベースにあるのは、「恥ずかしい」という思いに寄り添うことです。同性による介助はその実践の一つです。また、ホール内では「トイレ」という言葉をなるべく使わないようにするなど、介護される方の「人知れず用を足したい」という思いに配慮した対応を心がけています。

もともと「ご不浄」「はばかり」など、日本には古くから使われてきたトイレを表す言葉があります。特に「はばかり」のように、「他人に分らないように用を済ませます」という、周囲に配慮する思いがそのまま込められた言葉もあります。

「人知れず用を足す」のが排泄。そんな、当たり前といえども当たり前の生活行為をサポートするのが、私たちの響のケアです。

●安易にオムツやパットをあてない

デイサービスやグループホームには、車いすを使っている方をはじめ、杖を使用される方、また認知症の方など、さまざまな障害を抱えている方が利用されています。そうした方々への排泄ケアの基本姿勢となっているが、「安易にオムツをあてない」です。

トイレに1人で行けない、衣服の着脱が難しいなど、排泄行為が自立できなくなると、失禁することも多くなってきます。そんな方にいきなりオムツを使うことは、トイレに誘導し、介助するといった介護職にとって労力の軽減につながるかもしれません。

その反面、その方の人としての誇りや自信といった心の生き生きや、立つ、歩く、座るといった身体機能まで奪ってしまうことになりかねません。

前かがみの姿勢をつくる
前手すりのついたトイレ。



車椅子も十分に回転できる
スベールを確保したトイレ。

●排泄のメカニズムを知る

オムツをあてない介護。言い換えれば、一人ひとりの状況に合ったケアを実践するためには、排泄のメカニズムを知ることが第一歩となります。排泄に至る最初のシグナルは、膀胱や直腸からの脊髄反射で起きる尿意や便意です。この尿意や便意を「ここはトイレではないので我慢しよう」といった具合にコントロールするのが大脳の役割です。そして、トイレまで移動し、便座に座り、排泄することで、「すっきり」するわけです。

この一連の流れの中で、何が出来て、何が出来ないのかをしっかりとアセスメントするのが、その後のケアにとって重要になります。例えば、トイレまでの移動はできても、

尿意や便意をうまく伝えることができない方の場合、表情の変化や普段とは違うしぐさなどをキャッチし、さりげなくトイレまで誘導するよう心がけています。

●便座に座ることの意味

もう一つ重要なポイントになるのが「座る」という行為です。便座に座り前かがみの姿勢になることで、腹圧がかかります。さらに、重力の下に引っ張る力と合わせて、尿や便が出やすくなります。私たちの施設のトレイには、この「便座に座り」「前かがみの姿勢」をつくりだすための「前手すり」が設置されています。

今年6月、入院中はオムツをあてベッドで寝たきり状態だった方が私たちの施設にやってきました。今では車いすを使いながらも、便座に移乗しトイレで用を足すまで回復しました。それと同時に、表情にも生き生きとした生活感があふれてきました。そんなご利用者様の笑顔を見るたびに、老化や障害、認知症があっても「気持ちのいい」排泄ケアが大切だと改めて教えられる毎日です。

デイサービス響 空き情報

(平成23年8月末現在)

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 6時間以上8時間未満 定員26人 | △ | ○ | △ | ◎ | △ | △ | 休 |
| 4時間以上6時間未満 定員4人 | | | | ○ | | 休 | 休 |
| 入浴 | △ | △ | △ | △ | △ | △ | |

◎=十分に空きがあります。○=空きがあります。△残りわずかです。空き情報につきましては、△の場合でもご相談ください。

●9月のカレンダー

- 9月01日 ひびき通信9月号発行
- 9月11日 こだわりの入浴セミナー
- 9月13日 グループホーム響運営推進会議
- 9月15日 グループホーム響ケースカンファレンス
- 9月22日 デイサービス響ケースカンファレンス