

# 排泄介助マニュアル

メリッサケア

東京都文京区本郷 6-3-2-102

電話 : 070-2160-0234

## 來歷管理表

## 1. 高齢者の排泄の特徴

- ① 膀胱の容量が減る。  
⇒ 老化のひとつ。それにより、排尿回数が増えたり(頻尿)、我慢しづらくなる。
- ② 尿失禁や便失禁をするようになる。  
⇒ 老化や疾病などの身体的要因と面倒くさい、迷惑をかけたくない、申し訳ないなどの心理的要因がある。
- ③ 便秘になりやすい。  
⇒ 老化や疾病などの身体的要因がある。また、内服も影響を受ける場合がある。尿・便失禁を理由に水分摂取を自ら制限することや口渴感の乏しい方、自ら飲めない環境や身体状況の方は、水分摂取量が低下し、影響を受ける。⇒ 脱水

## 2. 排泄調査

### (1) 排泄チェック

現在の排泄状態についてアセスメントを行う

<排尿について>

- ・ 排尿障害があるか
- ・ 排尿方法(和式、洋式)
- ・ 排尿パターン(時刻、頻度、時間等)
- ・ 排尿介助の有無、方法(介助方法、使用用具)
- ・ オムツ、パッドの使用(有・無、種類、交換回数等)
- ・ その他

<排便について>

- ・ 排便障害があるか
- ・ 排便方法(和式、洋式)
- ・ 排便パターン(時刻、頻度、時間等)
- ・ 便介助の有無、方法(介助方法、使用用具)
- ・ オムツ、パッドの使用(有・無、種類、交換回数等)
- ・ その他

### (2) 疾病チェック・服薬チェック

<排便に関する疾病・服薬チェック>

- ・ 摂食・飲水について
- ・ 消化、代謝等について
- ・ 薬の副作用
- ・ その他

<排尿に関する疾病・服薬チェック>

- ・ 摂食・飲水について
- ・ 消化、代謝、循環等について
- ・ 薬の副作用
- ・ その他

### (3) 生活歴チェック (今までの排泄状況・排泄習慣について調査します)

#### <排便について>

- ・ 排便の環境 (トイレの形状・場所・排泄後の処理)
- ・ 排便の習慣 (頻度・時刻)
- ・ 排便の性状
- ・ その他

#### <排尿について>

- ・ 尿の環境 (トイレの形状・場所・排泄後の処理)
- ・ 排尿の習慣 (頻度・時刻)
- ・ 排尿の性状
- ・ その他

## 3. 排泄物の観察ポイント

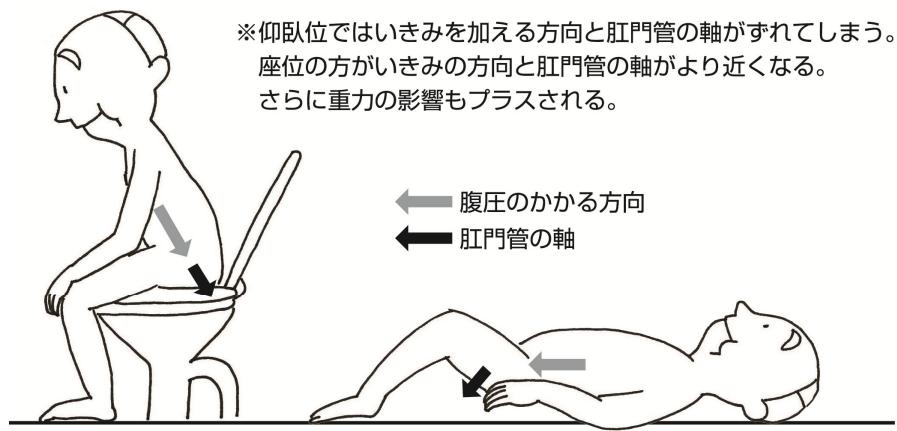
|    | 尿                               | 便                                                               |
|----|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 色  | 赤い … 膀胱炎、腫瘍の疑い。<br>濃い … 脱水症の疑い。 | 白い … 胆のう系異常の疑い。<br>黒い … 消化管上部からの 出血の疑い。<br>赤い … 消化管下部からの 出血の疑い。 |
| 量  | 少ない … 脱水症の疑い。<br>多い … 飲水量の観察。   | 少ない … 便秘                                                        |
| 性状 | 濁っている … 膀胱炎の疑い。                 | 下痢 … 脱水症への予防。<br>便秘 … 脱水症の疑い。                                   |

## 4. 尿失禁の種類

|        |                                                                                                                                            |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 切迫性尿失禁 | 急に尿がしたくなり、我慢できずにもれてしまう。膀胱の筋肉が過敏に働き、わずかの量でも膀胱が勝手に縮む。<br>膀胱炎、脳血管障害、パーキンソン病などにみられるが、原因不明の場合が多い。<br>※トイレに駆け込むような状況になります。                       |
| 腹圧性尿失禁 | 立ち上がったときや重い荷物を持ち上げたとき、または、咳やくしゃみ、笑ったはずみなど、急に腹圧がかかった時にもれる。骨盤底筋がゆるんだためにみられる。出産や加齢をきっかけに出現することがある。女性に多い。                                      |
| 機能性尿失禁 | 排尿機能は正常にもかかわらず、身体運動機能の低下や認知症が原因でおこる。歩行障害のため、トイレに間に合わない、認知症のため、トイレの場所がわからない、衣服を脱ぐことができないなどのケースがある。<br>※方法や生活環境の見直しを含めて、排泄介助に取り組んでいく必要があります。 |
| 溢流性尿失禁 | 自分で尿を出したいのにうまく出せないため、残った尿が少しづつじわじわと溢れてくる。ひどい頻尿ととらえることもある。前立腺肥大症、糖尿病、脊髄損傷などに多くみられる。男性に多い。※排泄介助の際、本人が終了を告げても、すぐに着衣や尿瓶を外したりせず、待ってから、介助を続けます。  |

## 5. 排便障害について

|                               |                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 排便環境                          | 健康な人でも、旅先など環境が変わると便秘になることがあるように、トイレの使用に対しての不便さは、大きな不安を生じさせる。精神的な落ち着きが重要。                                                                                                |
| 全身性疾患                         | 手足の麻痺や筋力の低下を伴う疾患は、トイレまでの移動やいきみに影響を与える。また、排便には自律神経が深く関わっているため、自律神経に異常を伴う疾患は、下痢や便秘を引き起こす可能性がある。さらに、内服薬の影響を受けることがある。                                                       |
| 全身性疾患消化管機能<br>※小腸・大腸での便形成機能など | 食べたものがきちんと消化され、便となって直腸まで運ばれるプロセスに問題があるかないか見極める。そのためには、食事量や内容、排便の回数や便の硬さを一定期間、観察し、医療機関へ指示を仰ぐ。1日数回でも、数日に1回でも、便の硬さが安定していれば異常とは言いきれない。                                      |
| 直腸肛門機能<br>※便の保持・排出機能          | トイレに行くまで便を保持し、しっかり排出するまでの機能に問題があるかないか。「知らないうちに便がもれている」「間に合わずもれる」「肛門が締められずにもれる」現象がみられる。排便の基本姿勢は座位であるため、座れない場合、いきみを直腸に伝えるのが難しくなる。また、いきむのに必要な腹筋や横隔膜、骨盤底が弱くなっている場合にも、便秘になる。 |



## 6. 排泄方法の決定

### (1) 本人の希望聴取

#### <現状での排泄方法の希望>

現状ではどのような排泄を希望するか聴取する

#### <将来の排泄方法の希望>

将来どのような排泄を希望するか聴取する

#### <排泄のケア方法について希望>

プライバシーの確保、どんな介助方法が良いか等について希望を聴取する

### <排泄器具、用具に対する希望>

便器の高さ、座面の硬さ、温度、ウォッシュレットの有無、座面の穴の大きさ・形、手すり、各種ボタンの位置、材質、デザイン、オムツの種類、形状、吸収力、肌触り、装着方式、大きさ、値段等

### <排泄に関して困っていること>

身体面で困っていること（痛み、時間がかかる、力がかかる、疲労する等）

#### (2) 排泄障害の種別確認

- ・ 排泄障害の症状について把握し、排泄障害の種別を確認する

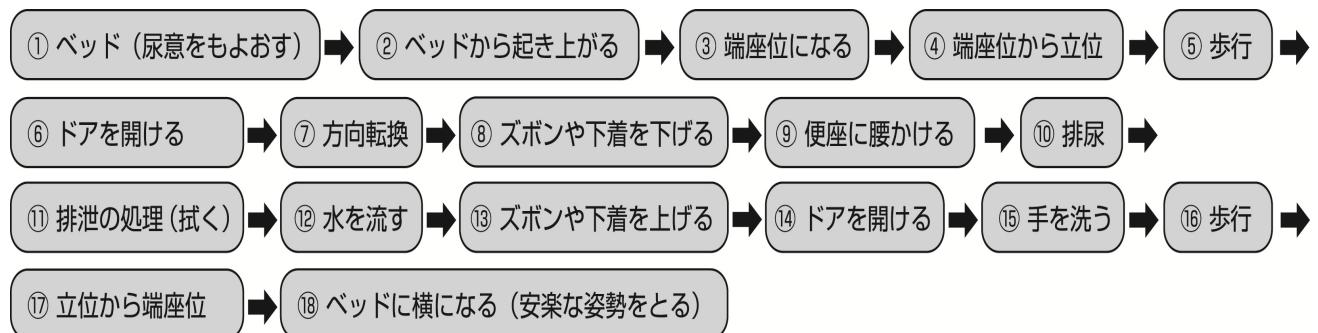
#### (3) 身体機能チェック

- ・ 移動能力、立位、座位バランスのチェック
- ・ 上肢機能チェック
- ・ その他排泄に関する身体機能面全般のチェック

## 7. 排泄ケア

排泄行為の一連の動作を理解し、その利用者ができるところだけを介助するようにしましょう。

### ベッドに仰臥位になっている状態から、元に戻るまでの流れ



#### (1) 環境設定

### <排便の環境設定>

- ・ 排便する場所の環境設定（排便時の音が外部に聞こえないか？臭いが外部に漏れないか？プライバシーの保護が確立されているか？など）
- ・ 排便者の環境設定（排便しやすい服装か尊厳を損なわない服装か等）
- ・ 排便補助具・自助具等

### <排尿の環境設定>

- ・ 排尿する場所の環境設定（排便時の音が外部に聞こえないか？臭いが外部に漏れないか？プライバシーの保護が確立されているか？など）
- ・ 排尿者の環境設定（排尿しやすい服装か尊厳を損なわない服装か等）
- ・ 排尿補助具・自助具等

## (2) 排泄ケア

### <排便ケア>

- ・ 排便パターンに沿ったケア：本人の排便パターンを把握し、パターンに沿った随時誘導を行う
- ・ 障害原因に対するケア：排便障害の原因を推測し、その原因に対してアプローチする

### <排尿ケア>

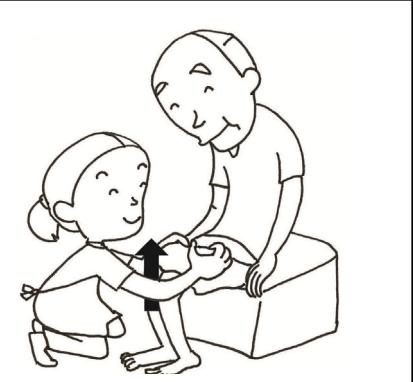
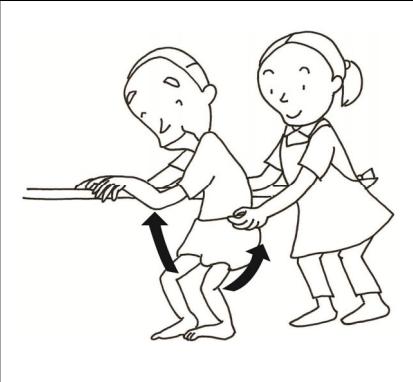
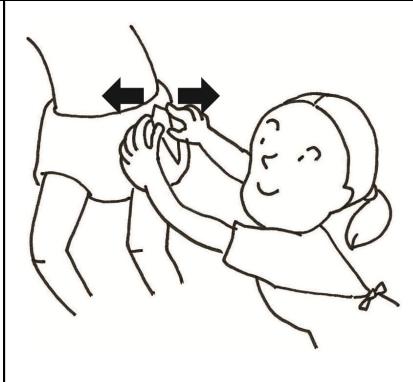
- ・ 排尿パターンに沿ったケア：本人の排尿パターンを把握し、パターンに沿った随時誘導を行う
- ・ 障害原因に対するケア：排尿障害の原因を推測し、その原因に対してアプローチする

## (3) 飲食物チェック

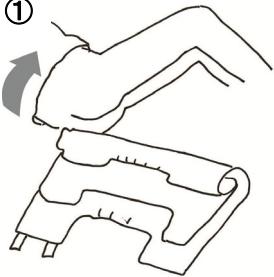
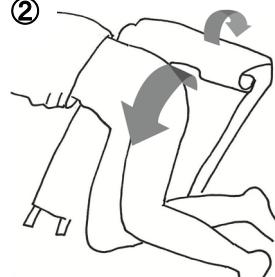
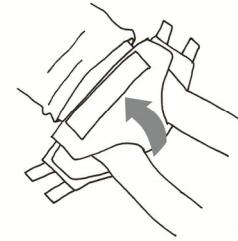
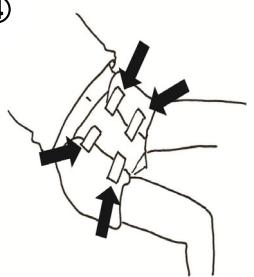
- ・ 摂水量チェック：1日の摂水量をチェックする
- ・ 摂食量チェック：1日の摂食量をチェックする

## 8. おむつ交換

### ■パンツタイプの紙オムツを介助する場合

|           |   |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 自分でうまく足を通せないときに、効き足から手伝えます。足を上げると上半身が傾くがあるので、支えるなど配慮します。次の動作を考慮し、できるかぎり、紙おむつやズボンを上げておきましょう。 | 手すりなどにつかまってもらい、介助者は後方から、パンツタイプをウェストまで引き上げます。本人の立位が困難な場合には、介助者の足などで本人の身体を支えながら行いましょう。 | トイレでの排泄などの場合は、下着のように下げます。尿・便失禁で紙おむつ自体を交換するときは、サイドを破りましょう。                            |

■テープ止めタイプの紙オツムをつける場合

|                  |  |                                         |                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>健側が下になる側臥位の体勢をとる。おむつの端を図のように丸めて（またはこまかく折って）体の中心にオムツの中心がくるように置く。患側が下にくる際は、時間をかけないよう、手際よく行う。</p> | <p>体をオムツの上にもどし、丸めた側のおむつを引き出す。</p>                                                 | <p>ギャザーを股間の内側に折り込まないようにフィットさせ、おむつと身体の中心を合わせ、しっかりと引き上げる。☆力任せにやると、痛かったり、おむつが破れことがあります。力任せにやると、痛みで負担を与えた、おむつが破れることがあります。</p> | <p>おむつを骨盤の形に合わせ、鼠径部のまわりに隙間がないよう注意し、下のテープを上に向かって貼り、次に上のテープを下に向かって貼る。身体の細い方や太い方は、隙間がないようにテープの貼り方を工夫します。拘縮や円背などで中心が一方にずれる場合もあります。</p> |