

不思議な

不思議な

おむつちゃん

～誰も知らないおむつの世界～



データ排泄アセスメント

老人保健施設 小谷苑 小谷 ひとみ

## 目次

「おむつ」の出会い	1
平成初期の「おむつ」の事情は？	4
「令和のリハビリパンツ」	5
「パッド」の話	7
「利用者さんのおしっこの心配&失敗しないためのケアを、 あなたならどうする～？」	8
「失敗は成功の基」	9
「おむつ」の管理	10
「小谷苑排泄アセスメント」	23
「パソコン入力のポイント」	32
「トップシークレット」	35
「仕方がない事」	36
おむつ代	38
排泄に影響する要素	38
「おむつ」の変わった使い方	40
「おむつ」施設あるある	41
私の最大の教科書	42
おわりに	48

“不思議な 不思議な おむつちゃん” ～誰も知らないおむつの世界～

“おむつ”の出会い

3歳の女の子が、スーパーマーケットのレジの所で、「お願いします～！！」とカードを出しました。その光景を見ていたお客さんが、その可愛い行動に

「おりこうさんね～」と声をかけると、3歳の女の子の返答が（ ^ ω ^ ）・・・

「まだ、紙パンだけどね～！」レジの周りは、皆、笑顔！

3歳の子供の心理は、『ほめてくださって、ありがとうございます！しかしながら私は、残念ながらまだ「おしっこ」の自立していませんので～。』と謙遜です。

3歳にして謙遜!?

排泄の自立は、3歳の子供にも大切な事柄として意識されます。自我が目覚め、初めての難関です。



赤ちゃんの時代は、カバータイプの紙おむつ⇒歩ける様になって、紙パンツ  
⇒紙パンツで排泄自立に向けたトイレトレーニング⇒排泄自立でめでたく  
紙パンツ卒業。

しかしながら、人生最終章に近くなると、老化による衰えで、まるで子供時代の  
逆タイムマシンの様な工程で、排泄の衰えが進行します。

大部分の高齢者は、そこで、非常に落胆したり、逆に怒りを感じたり・・・

様々な精神的な葛藤にさいなまれますが、今の大人の「おむつ」は、劇的な進歩  
を遂げ、素晴らしい「おむつ」の機能を有しています。

今の大人の「おむつ」の現状を考えると、

3歳の女の子の様に「紙パンだけど・・・機能的に優れているから、気にしない～!!」

と言い放たれる時代が来ています。

心の持ち方を、少し変えるだけ！

3歳の子供と同じ気持ちになれば、老化も受け入れられるのでは・・・？

スーパーマーケットに行っても、誰が紙パンをはいているか・・・なんって分から

ないから（ ^ ω ^ ）・・・、楽しく買い物をして、美味しものを食べたりして



はいていますが・・・  
わかります？

人生を楽しむ方が、有意義です。残り少ない時間を大切に生きる事が  
人間としての役割だと・・・。

高齢者の方や介護をする家族の皆様へ！

「おむつ」等を使う事は、老化の節理「自然のながれ」

「おむつ」を使わないといけなくなった時、悲しむのではなく、よくもここまで  
長生きが出来た事に感謝。若くして亡くなった人の気持ちになれば・・・、  
前向きに生きる覚悟を決めて、現在の機能性、高品質な「おむつ」を使って、

Have a Try !! どこまで生きられるのか・・・？



Have a Try !!

どこまで生きられるのか・・・？

平成初期の「おむつ」の事情は？

平成初め、子供の「おむつ」は、すでに紙おむつ・紙パンツでした。

平成時代、大人の「おむつ」は、劇的な進歩をとげましたが、

30年前の平成初期の時代、高齢者の「おむつ」は、「布おむつ」とナイロン製のおむつカバーでした。

大人のおしっこを、布で吸い取る・・・当然漏れたり、尿臭もひどく、介護現場は、日に7～9回のおむつ交換とおむつカバーの洗濯に追われていました。

布おむつは、リース会社のレンタルおむつでしたが、便は、有形の便を取り除き、軽く余洗いしてからリース会社へ返却と・・・

数年後、薄い小さな尿取りパッドが販売されましたが、今のパッドと比べると格段の差がありました。

当時、介護現場から「大人にも、子供の様な紙パンツがないでしょうか？」と…

おむつ会社にこの質問をしたら「大人の尿の重さを紙パンツで保つことが、なかなか難しいので・・・」

もしも、当時紙パンツがあったなら（ ^ ω ^ ）・・・こういう想像を…



これが「平成初期のおむつ事情」でした。

「令和のリハビリパンツ」

一方、令和のリハビリパンツの進歩は素晴らしく、私の知らない事が満載！

おむつメーカーの方に、おむつの研修を依頼したら…

研修会場に、全身黒タイツ姿にリハビリパンツをはいて、登場!!

弱そうな「プロレスラー」スタイル ( ^ ω ^ ) . . .

彼の話が…月に何度も商品カタログ愛読の私が知らないことばかり!!

リハビリパンツのウエスト部分の数種類の「テンション (張力)」が違うゴムのウエスト廻り部分があり、座っている時、立っている時、ベッドで横になっている時の、おなかのぷにゅぷにゅ筋肉にジャストフィットする様な作りになっている～～～構造らしいです。

そこで、私たちが利用者さんに使っているリハビリパンツのウエスト部分のゴムを数えたら、ゴムの数が、なんと 18 本でした!!

加えてはき方にも「こつ」があるらしいです。

まずはく前に、両手をリハビリパンツの足が入る部分に入れて、リハビリパンツを広げる動作を…「これからはきますよ～」と事前準備。 何のために？

ジャストフィットを機能させるため。

さらに、はいた後にゴム部上部を 5 cm位外側に折り返し、リハビリパンツの

\*内部のパッドを肌に密着させ、折り返したゴム部上部を元通りに戻します。

(\*詳しくは、メーカーの人に聞いてみてください)

その動作の意味は、リハビリパンツの内側に使ったパッドのフィット性を増して、股からの尿漏れ防止をする動作でした。



リハビリパンツを交換する時も、両サイドのゴム部が、以前に比べて簡単に破れる様になっていて、衝撃を受けました。こんなに、リハビリパンツが進化している～!!

### 「パッド」の話

現在パッドの種類も様々な状況に合わせる様に驚くべき進化をしています。

臭い、漏れ防止、装着感、蒸れ防止、尿の逆戻り防止、

パッドのサイズ（特に長さ）等など…

私たちは、高品質なパッドが発売されてから、利用者さんの夜間安眠を考えて、基本的には、真夜中のおむつ交換を中止しています。

もう一つの理由として、認知症等の人を夜中に起こしてしまうと、その後の睡眠リズムが狂ってしまいます。

排泄ケアをする職員が、「早朝、カバータイプの汚染はなく、尿でパンパンになったパッドを手にする時、なぜか嬉しくなると…」( ^ ω ^ ) . . .

平成初期のパッドとは比べ物にならない進歩です。

「利用者さんのおしっこの心配&失敗しないためのケアを、

あなたならどうする～？」

排泄の状況を知るために、膀胱の尿量測定等様々なツールがありますが一般的ではありません。「パッドの使用種類・交換時の情報」は、家庭でも施設でもどこでも、簡易で利用者の排泄の特徴がよく把握できます。

本当に「パッド」の汚染状況で、排泄のおおよその全貌が明らかになります。

私は、「使用後のパッドの状況」を知る事が大切だと考えます。

家庭介護では、排泄のお世話が大変です。

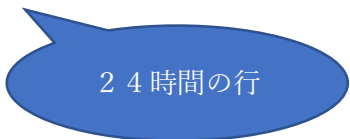
介護者は「イライラしたり」「怒り声を出したり」非常なストレスを感じながら排泄のお世話をなさっていると思いますが、「おむつ」の記録をされたら、徐々に、排泄の傾向が判るようになります。おむつ日記を書くと考えると大変面倒だと感じますが、「おむつメモ」が良いのです。

毎日メモしていくうちに、排泄の特徴が徐々にわかってきます。

メモは、ダラダラとメモするのではなく、短時間で簡単に出来るメモが長続きします。

## おむつ交換メモ

	1日		2日		3日				
	カバー	パッド 600cc	パッド 900cc	カバー	パッド 600cc	パッド 900cc	カバー	パッド A	パッド B
0時									
:									
5時		✓ C			✓ C			✓ C	
:									
9時	○	✓便 C			✓ B		●	✓ C	
:									
14時		✓ A			✓ B			✓ A	
:									
20時			✓ B			✓ B			✓ B
:									
23時									



記号○：カバー尿で交換 ●：カバー便で交換  
 ✓：パッド交換 便：パッドのみの便汚染  
 パッドの汚染状況 A = 少量、B = 中等量、C = 多量

### 『失敗は成功の基』

おむつの使用者全員の24時間・365日の情報が、排泄のバロメーターに成ると考えます。

特に「パッド尿吸収量」に着目!! 「尿吸収量」を「インディケーター（指針）」として排泄アセスメントが出来るのでは・・・?

排泄のバロメーターとして「パッド」のサイズ・性能・尿吸収量を考えて使えば今の高品質なパッドは、よい結果が得られます。

10 数年その考えで、コンピュータデータを使い実施しています。

パッドのアセスメント（分析）では、「裏切らないアセスメント結果」が出ます。

私は、驚異のパッドの進化に魅了されました!!

平成初期、エアマット設置をしても、ポケット状の褥瘡（床ずれ）が発症して褥瘡処置をしていました。

近年、ターミナル期の利用者さんの褥瘡が、激減しています。

考えられるのは、栄養補助食品の進歩と「おむつ」の進歩で褥瘡の発症が減少したのかなあ〜と考えます。踵部の褥瘡は、まれにみられますが、臀部腰部褥瘡の発生がほとんどなく、パッドの進歩で、最後まで臀部腰部褥瘡の発症なく過ごされています。本当に驚きです。

### 「おむつ」の管理

ある日突然に、あなたに、施設での「おむつ」管理を任されたら・・・。

あなたならどうする？

「おむつ」は、施設で使っている物品であるけれども・・・いったいどの様に管理を??? 前任者は、寿退社で、引継ぎもおおざっぱで、

「必要な時に必要な量を配布したらよいです〜！」と言い残して退社！！



私ですか？  
おむつ交換もした事がない私ですが・・・

前任者の在庫管理ノートを、解読する時間的余裕もなく、

「おむつ管理」の仕事スタート。

まず最初にした事は、

どんな種類の「おむつ」が  
どれだけ在庫されている？  
ペンとメモ用紙を持って  
倉庫に直行!!



各部署に何を、どれ位  
配布したらよいか、  
皆目見当がつかない?!



前任者は、すべてが不定期だったけど、  
納品業者の配達日と  
各部署の配布の曜日を決めなくては…



日勤者で、几帳面な男性職員は…?

「おむつ」配布は、力仕事!!  
営繕のおじさん  
お願いしよう～!

早速、配布ボードを作成しよう!



- 1、 正しい在庫数の把握（種類と数量）
- 2、 各部署に各種類の物品をどの位配布をするか？
- 3、 配布曜日決定
- 4、 各部署に様々な必要な「おむつ」配布
- 5、 配布後、在庫管理ノートに種類と配布数を記帳
- 6、 種類別在庫数を確認実施（在庫数が正しいかの確認）
- 7、 各部署の使用物品の把握（ADL等で各部署の特徴が異なるため）
- 8、 使用実績から、1か月の使用予測を把握して、次月のおむつの発注

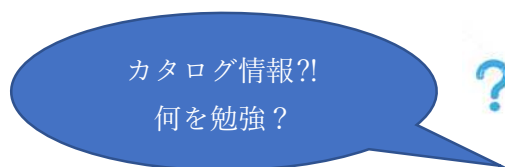
\* 1～6の管理で、おおまかな流れを決めて、「おむつ管理」をしながら、

7の様々な使用物品の把握に努め、8欠品の無い様に発注する。

「おむつ管理」は、事務室で出来ますが、「おむつ管理」の上級を目指すには・・・7の使用アイテムの特徴等を知る事が大切だと考えました。



おむつの勉強スタート～！  
カタログ情報の読み込みから…



カタログ情報?!  
何を勉強？



いえいえ！  
おむつのカタログには、実際使う場合の  
沢山の情報が（ ^ω^ ）・・・



ステップ1…「おむつ」の勉強。おむつメーカーの物品カタログ誌を、  
徹底的に読み込み!! メーカーのアピールポイント満載!!

ステップ2…当然、おむつ管理していると沢山の疑問が…

「いったい、誰が、どの様な物品を、いつ、どれだけ  
使っているのだろうか？」



「いったい、誰が、  
どの様な物品を、いつ、どれだけ  
使っているのだろうか？」

車イスの A さん  
夜間パッドは、何が良い？

B さんは、よくリハビリパン  
ツを交換するけど、1か月に  
何枚だろう？



余談ですが、その当時、事務室から施設のゴミステーションが見えました。週2回ゴミ回収車がやってきますが、施設のゴミは、ほとんどが使用済みの使い捨て「おむつ」の山でした。地球環境を考えると、使用済みの使い捨て「おむつ」をどうにかしなければと…。 私の究極の結論は!!



土に帰す？  
ポリマーの特性上、前処理に  
経費が掛かり過ぎる？

酸かアルカリで  
化学処理して溶かす？  
大規模工場が必要よね？

今、私に出来ることは・・・  
データー分析をして、おむつ  
の最大限の機能を使い切り、  
無駄をなくして、使い捨て  
おむつを使い切るしか・・・

ステップ3…おむつ情報収集を、「どの様にしたら…??」

個々の使用物品を「色ビー玉」「コイン」「正の字」カウント？

といろいろと考えましたが、集計に時間がかかる～…。

簡単で長続きするためには…？と考えました。

私が使っている記録システムソフトの中をくまなく検索して、

ソフト会社が、意図としていない使い方を思いつきました。

素晴らしく私の意図としている目的にピッタリ!!

パソコンを使うこと!!

Good idea ( ^ ω ^ ) . . .



入力するスタッフへの働きかけ



みなさん～！とにかくやってみましょう～!!  
ダメだったら止めればいいんだから!!  
やる前からごちゃごちゃ言わないで下さいね!!



入力するスタッフの受け止め方は、千差万別…



ダメだったら止めればよいのだから ( ^ ω ^ ) . . .

試験実施期間は、2か月くらいで、継続するか・止めるか判断  
すると宣言。



ステップ4…情報活用方法、たくさんあります。



情報分析⇒目的を明確にして

「データを使って何をしたいのか」

「自分の知りたいこと」を意識する。

ステップ5…何をするかで、どの情報を使うのか？

情報活用方法を決める。

ゴールは、「おむつ」1枚1枚全ての「おむつ管理」です。

全ての使用物品のパソコン入力情報

⇒みんなでパソコン入力操作するだけ!!



パソコン入力の  
所要時間が利用者  
一人に1分/日で  
出来ている!!  
優秀～！

1分が無駄かどうかは…？  
24時間・365日のデータの集積から、  
「排泄の科学的根拠」に基づいた  
「排泄プラン」  
「排泄アセスメント」  
「排泄プラン評価」が出来る  
メリットの方が大きい!!



少し「オタク」ぽいけど…  
利用者さんもアウター交換をされると、  
「失敗したんだな～」と気にされるし  
私達介護する側も、パッド交換だけだと  
体力的にも、時間的にも余裕が生まれます

「オタク」?!  
全然「オタク」じゃあ、ありません～！  
「おむつ」を知れば知るほど、謎が解  
けて、楽しくなるのです!!  
ここまでしないと・・・



私たちが、毎日パソコンに入力したデータは、  
どの様に利用されているのだろう？





「小谷苑 排泄アセスメント」



じゃあ～これから皆さんが入力されたデータを使って説明しますね。



利用者さんの1か月の使用アイテム情報から

**Kさん**

ポータブルトイレの使用で自分で排泄行動は出来ていますが、リハビリパンツが1か月18枚です。

聞き取り調査  
排泄動作中のぼたぼた漏れ。パッド検討？  
職員援助の検討等々？

**Fさん**

カバーS使用枚数が、9枚  
パッド使用状況は？

利用者の氏名	項目名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Kさん	ポータブルトイレ				1					1																					
	リハビリパンツ	3	3	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	
	カバーS																														
	パッド																														
Fさん	ポータブルトイレ					1	1	1			1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	リハビリパンツ	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
	カバーS					1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	パッド																														

②Fさんのもっと詳しい情報が見たい時は、ケア記録を指定

	実施日時	項目名	数値	単位	備考	重要	担当者名
1	R01.09.01 14:00	カバー-S	1枚	B			
2	R01.09.05 09:30	カバー-S	1枚	★A			
3	R01.09.09 09:00	カバー-S	1枚	A			
4	R01.09.12 09:00	カバー-S	1枚	★A			
5	R01.09.16 09:30	カバー-S	1枚	★A			
6	R01.09.19 09:00	カバー-S	1枚	★A			
7	R01.09.22 14:00	カバー-S	1枚	A			
8	R01.09.26 09:00	カバー-S	1枚	★A			
9	R01.09.30 09:00	カバー-S	1枚	A			

① 9枚の内訳は、入浴時交換（★）5枚を除けば、4枚の汚染。汚染程度は、A（軽度）が主で、9時交換2回、14時交換2回

利用者さんの排泄の傾向から対策を考えます。Fさんの場合は、排泄プランが上手く行っていますと判断します。

なるほど～！良く解りました  
しかしながら、なぜアウターの  
数ばかりの話ですか？

アウター交換回数で、  
排泄分析の該当者が  
決めます

よく気が付かれましたね～  
それには訳があります。

アウターの使用状況で判る事が  
沢山あります。

- 1、適切なパッドが使われているか？
- 2、アウター汚染時間帯の特定
- 3、更衣に至っていないか？



ああ～それでわかりました。  
排泄の汚染の際の更衣も  
入力する意味が…

私達の施設では、排泄介助プロとして  
「更衣」に至る汚染は、  
敗北と考えて、  
更衣に至らない様に、分析したり  
装着の仕方を勉強していますよね。



はい～！どうして  
適切なパッドかどうかわかりますか？  
どう分析しているのですか？

皆さんが入力してくださっている  
利用者さん個人の\*パッドの種類  
\*使用時間 \*汚染程度  
の情報を詳しく分析します



まず、パッドには、様々な尿吸収量の  
アイテムがありますよね  
次にパッドの長さの2点を考えて利用者さんに  
最も適したパッドを  
使用時間も考えて選びます

利用者さんの数か月データ  
経過も一瞬で表示されます  
1年間表示できますが、  
参考にするのは、3か月間の  
経過をよく使います



ある利用者さんの11月のカバーMの使用枚数が、15枚の時点では、様子観察と考えていましたが、12月の使用枚数が28枚となり、12月下旬にデータアセスメント開始し、プラン変更実施。

### カバーMの内訳

【 77記録集計表 内訳 】

利用者: [Redacted]  
 対象期間: [Redacted]  
 時間帯: 00時00分~23時59分  
 令和01年12月09日 (月)

実行日	実施日時	項目名	数値	単位	備考	担当者名
1	H29.12.01.09:00	カバーM	1	枚	B	
2	H29.12.02.09:00	カバーM	1	枚	★	
3	H29.12.04.20:00	カバーM	1	枚	B	
4	H29.12.06.09:00	カバーM	1	枚	★B	
5	H29.12.08.09:00	カバーM	1	枚	B	
6	H29.12.09.09:00	カバーM	1	枚	★A	
7	H29.12.11.09:00	カバーM	1	枚	B	
8	H29.12.12.10:00	カバーM	1	枚	A★	
9	H29.12.13.09:00	カバーM	1	枚	C	
10	H29.12.14.09:00	カバーM	1	枚	A	
11	H29.12.14.20:00	カバーM	1	枚	A	
12	H29.12.16.09:00	カバーM	1	枚	★B	
13	H29.12.17.05:00	カバーM	1	枚	B	
14	H29.12.18.09:00	カバーM	1	枚	A	
15	H29.12.19.09:00	カバーM	1	枚	A	
16	H29.12.20.09:00	カバーM	1	枚	★A	
17	H29.12.21.20:00	カバーM	1	枚	B	
18	H29.12.22.09:00	カバーM	1	枚	B	
19	H29.12.22.20:00	カバーM	1	枚	B	
20	H29.12.24.09:00	カバーM	1	枚	B	
21	H29.12.24.20:00	カバーM	1	枚		
22	H29.12.26.09:00	カバーM	1	枚	B	
23	H29.12.26.14:00	カバーM	1	枚	B	
24	H29.12.27.10:00	カバーM	1	枚	B★	
25	H29.12.28.09:00	カバーM	1	枚	A	
26	H29.12.28.20:00	カバーM	1	枚	B	

## カバー 28 枚の時間帯分析

交換時間	交換回数
5時カバー交換	1回
9時カバー交換	11回
14時カバー交換	2回
20時カバー交換	6回
入浴時カバー交換	8回

## <見直しプラン>

使用パッドの吸収量とカバー使用枚数

	平成29年12月	平成30年1月
5時使用パッド吸収量	600cc →	900cc
9時使用パッド吸収量	600cc	600cc
14時使用パッド吸収量	600cc →	900cc
20時使用パッド吸収量	900cc	900cc
1日使用パッド吸収量合計	2700cc	3300cc
カバー使用枚数	28枚	8枚

11月12月1月2月

		11月	12月	1月	2月	合計	単価
カバーM	枚	15	28	8	8	4	59.0
横モレM	枚					0	
カバーL	枚					0	
カバーS	枚					0	
リハパンM	枚					0	
リハパンL	枚					0	
リハパン	枚					0	
更衣(回)	回	1	3	4		3	8.0
外モレ安	枚			2		1	2.0
外モレ巻	枚					0	
サワサ	枚	133	87	29	33	4	282.0
サワカトラ	枚	7	35	88	69	4	199.0
ズレずに	枚					0	
SCスパン	枚					0	
SCカトラ	枚					0	
フラット	枚					0	
尿取リハ	枚					0	



「おむつ管理」をスタートされた  
きっかけの  
どの部署が、どの様なアイテムを  
どれ位使うのか…?



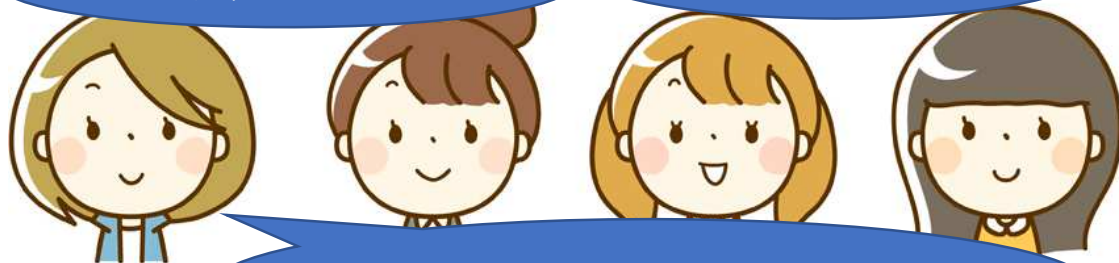


データ入力した皆は・・・

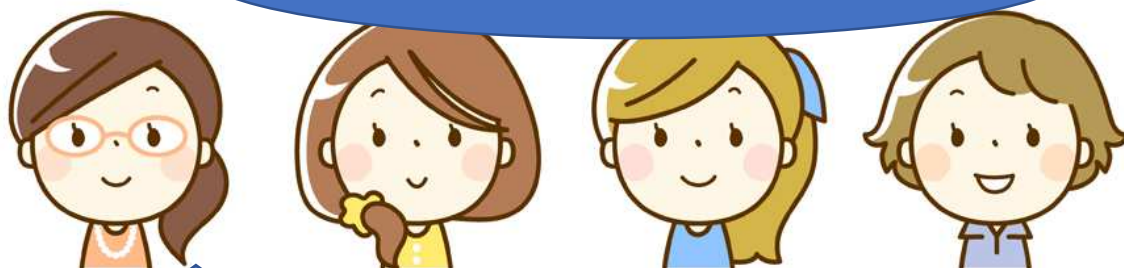


トイレ誘導のタイミングは？

アセスメントの結果は？



今度は、どんな排泄プランにしますか？



更衣が多くって…  
どうしましょう？

データ入力するだけで、  
おむつ交換がらくちん！

職員のみinnで、「おむつ」コンピュータ入力したら、  
沢山の事が見えてきました。



### 「パソコン入力のポイント」

パソコン入力が上手いくポイントは、




ポイント1、使用アイテムの種類を厳選

\*なるべく使用アイテムの種類を少なくする

理由：使用アイテムの使用間違いやアイテム入力の間違いを少なく


⇒排泄アセスメントの精度を高く保つ（排泄アセスメントの正確度）

\*使用アイテム種類が少ないと「おむつ管理」も簡単

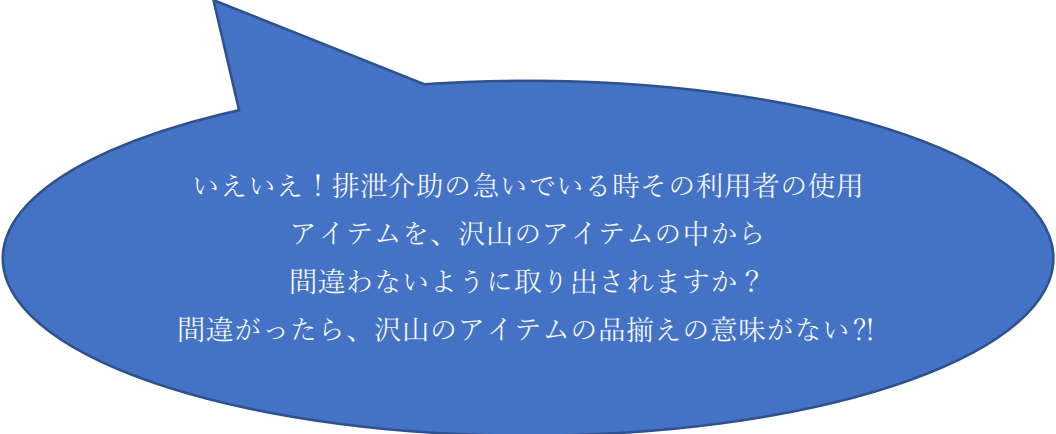


パソコン入力の間違いが  
無いようにする事が一番大切

\*使用アイテムは、高品質な製品を選定（データの信ぴょう性の担保）



ある施設の方が、  
「利用者さんの個々に合わせた  
50種類以上の沢山の使用アイテム  
をそろえています!!」と…



いえいえ！排泄介助の急いでいる時その利用者の使用  
アイテムを、沢山のアイテムの中から  
間違わないように取り出されますか？  
間違ったら、沢山のアイテムの品揃えの意味がない?!

ポイント 2、欲張らない情報項目—Simple is best—

\* 個人名・使用アイテム種類・時間・汚染状況（記号化）

ブリストル便スケールは、  
大切



沢山の項目の情報入力は、成功しません

\* ブリストール便スケールは、51 ページ参照

ポイント 3、適切な排泄ケア時間

日常生活リズムを考えた排泄  
ケア時間設定が重要！



夜間の排泄ケア時間は、睡眠妨害に  
ならない時間設定に

「トップシークレット」

施設サイドは、頻回の排泄ケアを提供する事が、良い排泄サービスと考えがちですが、もしもあなたが、排泄ケアを受けるサイドなら…

気持ちは…？

利用者さんの気持ちは…「頻回な排泄ケアを受けるのは嫌なこと…

やさしさの押し売り」なのでは…？

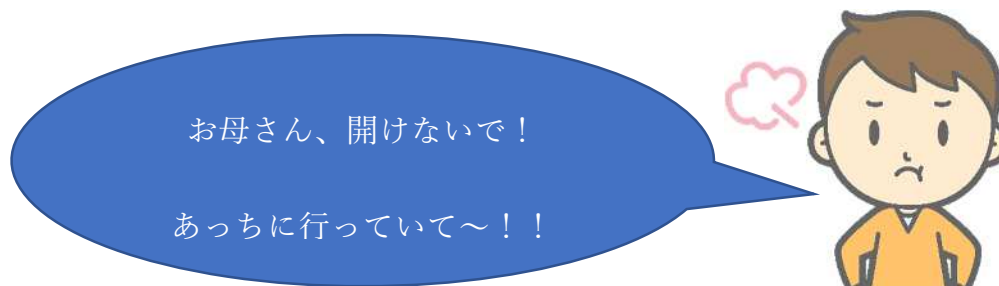
私の知っている紙パンツをはいている2歳の男の子が、うんちをする時、必ずカーテンの裏側に隠れます。お母さんが男の子を探してカーテンを開こうとすると「開けないで！ あっちに行っていて～！！」と叫びます。

紙パンツに、うんちをするのなら、お母さんは、「トイレに行ける…？」

と考えますよねえ～。2歳の男の子には、排泄の段階があるのでしょうか。

お母さんに向かって「開けないで！ あっちに行っていて～！！」と叫ぶ

男の子の気持ちは、「今、うんちをしているから、誰にも邪魔されたくない～!!」( ^ ω ^ )・・・彼のプライバシーなのでしょう…。



2歳の子供でさえ、排泄はトップシークレットな行動なのです。

子供から～高齢者までみんな「排泄はトップシークレットな行動」だと考えると私たち介護現場の職員としての排泄ケアがどうあるべきか…のヒントになると思います。

適切な時間設定とケア回数を考える機会なのでは？

今の最高品質の「おむつ」を使い、排泄が利用者さんの心の負担にならない様に「排泄の自立」に向かわれる気持ちになれる様な「排泄プラン」を考えるのがプロの仕事だと考えます。

「仕方がない事」

3歳の男の子が、トレーニングパンツを履いて、「トイレトレーニング」をしていた時期、男の子がテレビの子供番組に夢中になり、トイレに行くタイミングを逃し…走ってトイレに行きましたが、残念ながらトイレの前で「お漏らし」!! 男の子が、トイレの前で大泣き。男の子の気持ちは、「僕はもう、うまく出来るはずなのに、失敗してしまった!!」と悔し涙。

泣き声を聞いたおばあちゃんが「テレビばかり見ているから…」と男の子を怒りました。男の子は、ますます大声で泣き叫び、おばあちゃんは、後始末をしながら「もう少し早くトイレに行けば…」とその場は、険悪な空気が…。

その時、男の子のすぐ上の 5 歳のお姉ちゃんが泣き声につられてトイレの前に来て、全てを了解し、ぽつりと一言「仕方がない事」と!!

「仕方がない事」の意味は、3 歳の男の子には、「あなたは、まだトイレトレーニング中なのだから、失敗もあるから仕方がない事よ～そんなに泣かないで～」また、おばあちゃんには、「まだトイレトレーニング中なのだから、仕方がない事よ～、おばあちゃんそんなに怒らないで～!」と…。

介護現場の職員や在宅で介護をしている方々は、排泄の失敗の場面に遭遇したら 5 歳のお姉ちゃんの一語「仕方がない事」を、思い出して下さい。

心穏やかに余裕を持って、排泄のお世話が出来る気持ちを保つ一言として

「仕方がない事」と受け止め、次回は介護を受ける方々が失敗をされない様な誘導方法を工夫し、双方が心地よい排泄に向けての気持ちになる様に…。



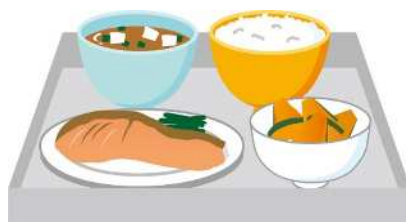
## おむつ代

大多数の皆さんは、排泄ケアに係る経費は、おむつ代と考えがちですが、排泄ケアを行う職員の**労働時間経費**が一番の経費です。（在宅では家族の在宅時間制限を受けるおむつ交換をする人の労働）

そこで、経費的考え方をすると、**排泄の汚染による更衣や寝具の交換等**の時間や回数を減らす事が、最大の経費削減になります。

最終的には「介護される側、介護する側」の双方の**ストレスを軽減するアセスメント**が大切だと考えます。

## 排泄に影響する要素



### 「食事・水分摂取量」

排泄に影響する要素は沢山ありますが、一番は当然「食事・水分摂取量」です。

食事・水分摂取量で大きく左右しますから、「食事・水分摂取状況把握」が大切です。

記録ソフトで「食事・水分摂取状況把握」は、簡単に出来、排泄アセスメントや



プラン変更役に役立ちます。



### 「薬剤」

次に「薬剤」です。下剤と利尿剤が一番影響を受けます。

下剤調整は、老化による腸蠕動の影響・疾患の影響・服薬の影響等で行われます。

私の考え方は、医師が処方された薬剤に関しては、経過を観ながら状況を報告しますが、下剤を中止しようとか、減らそう等の相談は基本しません。

老化とさまざまな疾患の利用者さんに、画一的に「下剤を減らす」事の恐ろしさを知るべきだと考えます。

利尿剤は、心臓の働きが悪く浮腫等の際に投与されます。

利尿剤に関しては、多尿になるので、直ちにパッド変更を実施します。

向精神薬等も排泄に影響しますし、さまざまな薬剤が影響していると考えますが、おむつのデータを分析しながら「排泄プラン」を変更して対応します。

「入浴」



次に「入浴」が排泄に影響します。

「入浴」で全身が暖められて、新陳代謝が促進され、入浴後の多尿や排便がデータからわかります。

「おむつ」の変わった使い方

私の施設は、全室にトイレが、有りますが、そこまでも何らかの方法を使っても行けない方は、ポータブルトイレを使って居られます。

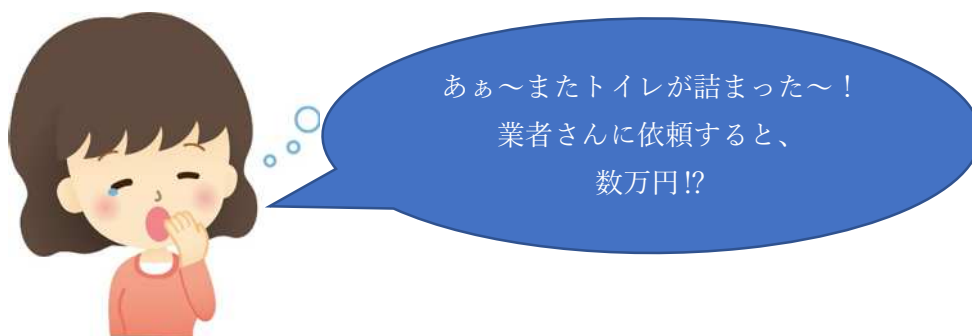
ポータブルトイレの消臭液を使っても、個人差が有りますが、尿臭が強い方の部屋の臭いは、ポータブルトイレの底にパッドを敷きます。

パッドを使う場所が、「直接肌に接触」しているか、「30センチ下のポータブルトイレの底」かの違いです。

パッドの尿閉じ込め効果は、信じられないくらいです。

「おむつ」施設あるある

高齢者の方は、パッドを付けていることを忘れられうっかりパッドをトイレに流されたり、パッドが汚れて証拠隠滅のために、トイレに流してしまわれます。トイレ詰まり業者の出張修理が頻発。



おむつメーカーの情報で、パッド詰まりは、「塩」が有効だと・・・。

「塩大さじ2杯」を、詰まったトイレに入れて、数時間放置、その後大量の水で流して…成功しています。

パッド流しのトイレ詰まりは解決しました。( ^ ω ^ )・・・

科学的な理論は、「浸透圧」です。

## 私の最大の教科書

私の帰宅路は、交通量がほとんどない道路ですが、晩秋のかなり寒い夜、  
パジャマ姿で、歩いておられるおばあさんに遭遇。

車を停めて「寒いのに、どこに行かれますか？」と問うと



「墓に行こうと思って…」

「こんな夜に？ 墓に行くのは、この道ではないですよ～」明らかに挙動不審！

「寒いから送っていきますから、車に乗って～」話がなかなかかみ合わない後に、  
やっと乗車。そのとたん、車中は尿臭がただよい、寒い日でしたが、窓を全開。

「おばあさん、名前は？」私の知らない苗字で…??

「おばあさんの家の近くに、お店屋さんは、ありますか？」

「酒屋さん」

「酒屋さん？ 2軒あるけど、神社の近く？それともお寺の近く？」

「墓は何処だろうか？」と会話が進みません。

とにかく酒屋さんの方向に車を運転。一軒目の酒屋さんは閉店していて、諦めて  
次の酒屋さんへと。

次の酒屋さんは、立ち吸（角打ち）で夜の酒飲みの方々が沢山おられました。

私がおばあさんの苗字を言うと「あぁ～近くに一人で住んでおられるよ。

近いうちにおたくの施設に世話になれるんじゃないかな～」と…

「わかった、20キロ離れた所に住んでいる息子さんに連絡するから」と飲み友達の方々が相談してくださり、そのおばあさんをその方々にお任せして帰宅しました。それにしても、自宅から700メートル離れた場所を徘徊！

その後、度々の夜間徘徊で近所の方々から息子さんに連絡があり、独居生活限界となり、入所となりました。

今から思えば、夜間徘徊はトイレの場所が判らなくなって、歩いているうちに、どこかで放尿し、帰る所が判らなくなり徘徊??

入所初期の排泄状況は、布パンツでしたが、いたる箇所に放尿、使用後の水洗トイレで手洗い、便いじり、「トイレに行きませんか～？」と声をかけても、トイレ誘導の意味を理解されず「助けてください～」と悲鳴を上げて逃げ回られ等あらゆる面で、要介護3ではない様な排泄援助で困難を極めました。

加えて、観葉植物、テーブルの花、トイレットペーパー、ティシュペーパー、新聞、パズルのピース等を口に入れて、「モグモグ」。

歩行能力が優れていて、職員の一瞬の隙に様々な事が…。

全ての物品が置けないシンプルな食堂とお部屋になってしまいました。

すごく整理整頓された空間ですが・・・!?

特に困ったのは、トイレトペーパーです。様々なアイデアを駆使して知恵比べ。

要介護4の時代は、認知症もかなり進行して、排泄意がかなり曖昧でしたが、布パンツで・使用パッドも600cc~1,100ccで更衣回数は15回程度/月でした。

更衣回数を減らすために、様々なパッドや当て方を変えたり、介入の時間を変えたりしました。かなり長い期間このようなプラン変更を繰り返し、困難な排泄ケアに職員一同取り組みました。

しかし使用パッド1,100ccの使用回数を増やすも、更衣回数が24~27回程度/月と増えてきて更衣回数が減る傾向が見えず、リハビリパンツ・パッド併用使用に踏み切りました。

この利用者の排泄の特徴は、長時間排泄がない状態が続き、一度に大量の排尿があるタイプで、1回の排尿量が驚きの量で、日中使用の600cc~900ccのパッドがパンパンになってリハビリパンツ汚染、加えてズボンも汚染する状況でした。

私の考えるアウター使用枚数基準は、通常1か月のリハビリパンツ使用枚数は、12枚程度です。リハビリパンツ汚染が月に40枚。汚染による更衣が、17~27回/月。リハビリパンツを使う事で更衣回数は、少し減りました。

汚染ズボン・リハビリパンツ・パッドを交換するのに、3人の職員での交換作業。

1人は、気を紛らわすために、お菓子を持って優しく近づき、他の2人がリハビリパンツ・パッドとズボンの更衣を行い、汗だくの毎日でした。

パッド使用が理解できず、何度となく汚染パッドを証拠隠滅(?)の行動で

トイレに流され、トイレが水浸し…。大量の排尿に対する対策がなく、毎月数回、使用パッドの種類変更や使用時間変更、パッドの当て方等の変更を繰り返しました。

長時間排尿がない状況では、職員は、涙ぐましい努力で、トイレ誘導をします。

トイレでは、すぐに排尿できず、腹部マッサージや陰部清拭で神経刺激を促して根気強く排尿を待ちます。排尿があれば、ラッキー!!

排尿が無ければ、リハビリパンツと高品質なパッドに頼るしか…。

それでもなかなか難しいケースで、パッドの当て方等を何度も何度もメーカーのアドバイザーの方と相談したり職員で話し合いながら、使用パッドの変更等、数百回の排泄アセスメントの連続でした。

かなり長い～長い期間、リハビリパンツ、パッド使用が続きました。

しかしながら、認知症の更なる進行から、嚥下障害が徐々に進行し、誤嚥性肺炎の繰り返しで、体力低下によりトイレ誘導が困難で、リハビリパンツからカバータイプに変更になりました。

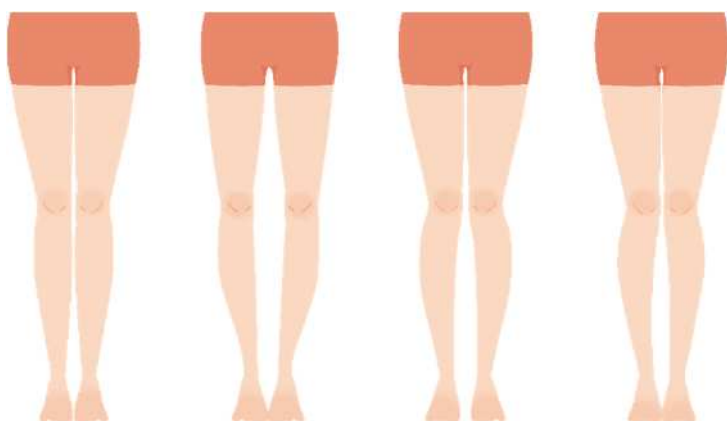
カバータイプ使用でも、カバー使用枚数が 25 枚/月程度で、通常の方より多い使用枚数ですが、更衣は激減しました。

使用パッドも食事量が減少し、主に 600cc 使用と成りました。

以前の様な、歩行をされていた時の様々な問題がなくなりました。

カバータイプの使用枚数が他の利用者より多いのは、一つは、利用者の体型に起因するかもしれません・・・？

人には様々な体型が、男性・女性、O脚、X脚、大腿部の脂肪・筋肉のつき方や、腹部のぷにゅぷにゅ肉でウエストのくびれがない等があるように、この利用者の方は、大柄で内腿のタイトな体型とウエストのくびれがない体型が更衣多発につながったと考えます。



二つ目は、排尿量が一気に多量で、一つ目に述べたような体型が災いして、非常に困難な排泄アセスメントになったと考えます。

毎月「今月も勝負!!」と排泄プランを変更しながら、月に何度もデータチェック



を試みましたが、連敗の月日でした。

しかしながら、その勝負にも終わりが来ました。

私の排泄アセスメントの勝利ではなく、あの『晩秋の夜の徘徊おばあさん』の死亡により、約10年間の私の挑戦は終わりました。

沢山の方々のアセスメントを、簡単に感じる様になったのも、この利用者の排泄チェックをする事により「負けない心」を鍛錬されたと思います。

私は、今まで数千人の利用者のデータ分析をしてきましたが、どう分析してもかなわなかった、あの『晩秋の夜の徘徊おばあさん』が、私の最大の教科書となる人になれるとは思ってもありませんでした。何か因縁を感じます。

おわりに

私がおむつに関心を持ってから、試行錯誤の長い時間を過ごしながら、職員の気持ちも変化しました。私が一途に利用者さんのおむつデータに正面から向かい合いデータアセスメントをしてからは、排泄プランの提案を求められたり、相談を受けます。職員全員と協力している実感があります。

おむつ汚染データの証拠（エビデンス）の客観的データをもとに、互いの意見から、適切なパッドの選定やトイレ誘導のタイミングが判ります。

どの様にすれば良いのかと、排泄ケアに職員全員が積極的に取り組みました。

新利用者さんの暫定プラン・確定プランまでにも、質のあるデータが入手でき、情報の共有から短時間での「排泄プラン」が作成出来、決定事項は、記録ソフトの申し送りに入力して、変更事項の情報を短時間で全員が共有します。

職員の合意形成がとてもスムーズに運びます。

利用者さんのおむつデータ分析は、排泄自立に向けた、第一歩です。

「科学的根拠あるプラン」は、客観的データから作成されます。

「証拠＝エビデンス」を示す事が重要だと考えます。

データの期間は、様子を見ながら継続のデータが望ましいと強く感じます。

プロとしては、短期間だけのデータでは不十分で「たまたま」のデータかもしれない(?)と…考えるのが常識ですよ。

客観的なデータが、排泄プラン時の職員全員の合意形成には、不可欠です。

「夜のカバー汚染が多い様ですが…」…様ですが?曖昧なデータですよえ〜。

週に何度? どんな間隔で起こっているのか?

「証拠=エビデンス」が必要です。

分析しないとイケない事はまだまだ沢山あります…。

余談ですが、ある職員の夜勤日の翌朝のカバー汚染が多い等も判ってしまいます。原因は、パッドの当て方、カバーの装着が正確でないと推測されます。

プロとして、客観的データ「証拠=エビデンス」に基づいた「科学的根拠に裏付けられた排泄プラン」を目指して、週に数回、データ・パトロールをしています。

「おむつデータ分析」は、99,99%の利用者さんの排泄状況の把握に裏切らない結果を出してくれます。

しかしながら、数百人に一人位、困難事例の利用者さんのデータがあります。

それを見ながら「今月も勝負!!」と「おむつ」のデータ分析をしています。

排泄の自立に向けた戦いは、明日も明後日も続きます。

排泄の自立に向けたエネルギーを継続する事を、「おむつ」が助けてくれています。



データーアセスメントに

Have a Try !!

## ブリストール便スケール

### ブリストールスケール

1	コロコロ便		硬くてコロコロの糞糞状の便
2	硬い便		ソーセージ状であるが硬い便
3	やや硬い便		表面にひび割れのあるソーセージ状の便
4	普通便		表面がなめらかで柔らかいソーセージ状、あるいは蛇のようなとぐろを巻く便
5	やや軟らかい便		はっきりとしたしわのある柔らかい半分固形の便
6	泥状便		境界がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の小片便泥状の便
7	水様便		水様で固形物を含まない液体状の便