

## ある日突然・・・私のリハビリパンツの実体験記

～リハビリパンツの使用実体験&脱ぎやすさ～

2021, 4

ある日突然に、血管性の病気が発症し、救命救急の入院となった時意識は有るも、絶対安静で、手足は動くも、トイレでの排泄がいけなくなった時、看護師さんは、「オムツがしてありますから、安心してオシッコをして下さい・・・」と言われ、オムツに排尿しようとするも、私の心のどこかで・・・カバーから尿漏れしないかしら？等様々な思いが邪魔をして、どうしてもオムツには排尿が出来ませんでした。

日々オムツの研究をしていて、高齢の利用者様の中には、「オムツに排尿等が出来ない！」と言われる方に時々遭遇しておりましたが、不思議で、理解できませんでした。その様な事もあるのが判りました。正にその状況に自分自身が・・・。看護師さんが「差し込み便器」を持ってこられました。排尿できませんでした。

さして、尿がしたいわけでもないのに、「したくなったら出るわ・・・」程度に考えて半日以上～1日位、時間が経ちお腹が痛くなっても便器にも排尿出来ず、とうとう「お腹が痛いから導尿して下さい」とお願いして、何と1,500ccの排尿、次の日も同じくオムツには、排尿する事が出来ず、導尿1,400cc。このような状況で、バルーンカテーテル留置で2週間!!

絶対安静から解放されて、歩行訓練が始まり、  
幸いにもトイレに行けるようになりカテーテル留置中止となり、  
ました。

私なりに、いきなり布の下着より、リハビリパンツと考えて「リハビリパンツ」使用しました。

2週間の絶対安静での状況変化は、5キロ減量で、筋力がかなり低下等々・・・。

足のみならず、手の筋力も低下……。手の筋力までとは、想定外でした。

80～90代の高齢者の方が、同じ状況を想定すると、私以上の問題が生じるのだらうと、容易に考えられました。

「リハビリパンツ」の使用して感じた事は、想像外の事が、3点ありました。

**第1 関門は「リハビリパンツ」を下す力が弱り時間が掛かる事。**

**第2 関門は「リハビリパンツ」を下す間（数秒間）の立位の**

**体力維持が大変で、膝付近まで「リハビリパンツ」を**

**下す為に数回立ったり座ったりして、やっと膝付近まで**

**下す事に成功。**

**第3 関門は、「リハビリパンツ」が1，2の動作を数回する事で(?)**

腰部の汗で、更に「リハビリパンツ」が、皮膚に密着して、  
大変下しづらい状況になりました。

幸い排泄意は保てていましたので、翌日から、布製の下着に  
切り替えました。

残念ながらリハビリパンツへの汚染状況の体験はなしですが……。

汚染経験があれば、もっと沢山の気づきがあったかも??……。

リハビリ訓練期間中やはり、体力低下・筋力低下が顕著でした。

リハビリパンツの第一関門、第2関門の問題が、そこには存在して  
いることを、理解出来ました。

日頃、排泄アセスメント時に、「どうして、この方のリハビリパンツ  
が汚染する理由は？」と職員に問うと、利用者様の「リハビリパンツ  
の後ろ腰部汚染」を時々、職員から聞いていましたが、そのメカニズ  
ムが実体験で判りました。

私が今回の入院生活で学んだ事は、貴重なリハビリパンツ着用の経  
験からご利用様が言われている事が、なるほど……と実感できま  
した。理解できない事柄も、深く考える事が大切だと言う事。

実体験でも、若い年齢の人の実体験では、違う事を学びました。

高齢者と同じ状況でないと、判らない事が沢山です。

謙虚に、話をうかがうことが大切と学びました。

身体の仕組みでは、学校で学んだ事に一致しないことが、ほんの少しの老化で起こっている事も有ると実感しました。

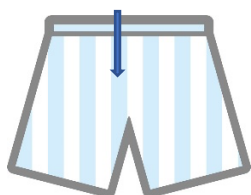
**リハビリパンツ大は小を兼ねるが、小は大を兼ねる?!**

リハビリ訓練を受けている期間中トイレに行った時ひらめきました。



「そのひらめき★!!!」とは、リハビリパンツ後方腰部が、

足及び手腕の筋力不足で、膝付近まで完全に下ろしきれない状況なので、



リハビリパンツ後方部の位置

「リハビリパンツ後方腰部を 5 cm縦に切れ目を入れる」=完全に下ろしきれない状況でも、トイレに座れば、リハビリパンツ後方腰部の切れ目は広がって、排尿時リハビリパンツ腰部後方汚染が減少するのでは・・・ワクワクして来ました。退院後、早速その対象者の方を

考えました。

トイレまたはポータブルトイレで、排泄動作を自分でされる方は、高齢者にも居られますが、私が選定したのは、モニタリングが確実な片麻痺の方にしました。『下ろしやすくなったよ〜』

大成功!!! しかし、「リハビリパンツ」の上げ下ろしの問題だけでは・・・次にズボンの問題が、同じ発想で、ズボンも腰部後方を5 cm位切り込みをして、腰部のゴム部分のテンションをほん僅か強くしました。これで、リハビリパンツとズボンが一体的に便座に座れば広がりました。スタイル的には後部スタイルは、ズボンの上に上着で覆えばOK!

日常の動きには影響しない程度なので、ズボンが下がる等の問題なく問題クリアー。

話は違いますが、リハビリパンツのサイズが合わない小さめな商品を買ってしまい・・・きつかったりしたら、次回からは大き目なサイズ購入をするにしても、小さいサイズの有効利用として、後部のゴム部分を縦に3～5 cm切り込みを入れる。これで、「小は大を兼ねる」有効利用が出来ます。注意切り込み過ぎない様に!!!

「大は小を兼ねる」は、普通に使っていますが・・・

発想を変えて「小は大を兼ねる」も可能ですよね〜!!!