７－１０	
主題	活動・水分量増加、食物繊維の摂取で生理的排泄を促す排泄支援による ご利用者及び職員の変化についての実践研究
副題	トイレでの排泄が気づかせてくれたこと

キーワード１　排泄支援	キーワード２　職員の変化	研究(実践)期間	６ヶ月

法 人 名	社会福祉法人　フロンティア
事業所名	特別養護老人ホーム　山吹の里
発表者（職種）	平田結基（介護職員）
共同研究(実践)者	職員一同

電　話	03-3981-5051	ＦＡＸ	03-3981-5061

今回発表の事業所やサービスの紹介	平成元年開設。入所者 82 名、ショートステイ 8 名。デイサービス、訪問介護、ケアプラン相談センターを併設。太田 道灌ゆかりの「山吹の碑」がある面影橋の近く、４駅利用可能な交通の便が良いところにある。

《１．研究(実践)前の状況と課題》

- 失禁がないご利用者、失禁がパットのみで収まるご利用者にも、介助がしやすいという職員都合で紙パンツを使用していた。また、発汗の多いご利用者は、紙パンツ着用時にムレによるスキントラブルが酷い傾向にあった。
- 水分摂取量の記録が曖昧で、正確な量が把握できていない状況であった。（平均 400ml から 700ml/日　程度と摂取量も少なかった。）
- 活動量が少なく、離床していても食堂でテレビを観ているだけの日もあった。
- ご利用者一人ひとりの排泄リズムに関係なく、排便が３日間みられなければ下剤を服用していただいていた。また、それに伴い、普段便失禁されないご利用者が便失禁してしまい、自尊心の低下を招いていた。

《２．研究(実践)の目的ならびに仮説》

(目標・目的)

「生理的排便を促す４大ケア(①水分量増加②活動量増加③下剤廃止④トイレ支援)」(以下４大ケア)をベースとした排泄ケアの実施、及び、ご利用者の自尊心の向上

(期待する成果)

1. ４ 大ケアの実施と食物繊維摂取、下剤廃止による排便リズムの規則化･意識レベルの向上･便意の回復
2. 紙パンツから布パンツへの移行
3. スキントラブルの予防･改善
4. 集団一括処遇から個別ケアへの移行とそれに伴う身体機能の維持･向上
5. 活動の増加による楽しみの提供
6. 排泄ケア･レクリエーションに対する職員の意識改善
7. ご利用者の羞恥心に配慮し、尊厳を守る

無断転載・複製を禁じます。

《3．具体的な取り組みの内容》

(事前準備)平成 27 年９月

・外部研修に参加し、理論に基づいたオムツ外しを学ぶ、参考文献の購入
・職員に取り組みについての意見を募る
・外部講師によるパットの当て方講習開催
・排泄表の見直し、チェック表の新規作成
・ご家族の同意を得る
・各セクションに説明をし、協力を得る

(取り組み内容)10 月１日～3 月 31 日

【4 大ケアの実施】自然排便無く、下剤を使用していたご利用者の中から、定時トイレ誘導の方３名、ほぼベッド上オムツ交換の方１名の計４名を対象とする

①水分量は 1,500ml/日を目標
②活動は歩行、立位保持、スクワットを行う
③下剤廃止、食物繊維 15g/日摂取(一週間排便マイナスなら下剤投与)
④トイレでの座位排泄

【布パンツ】通気性、伸縮性の高い特殊な布パンツを採用。以前の着用者４名から 16 名に増加し、着用を開始する

《4．取り組みの結果》

【4 大ケアの実施】4 名中２名は 1,000ml/日以上の水分と歩行、スクワットを行ない、トイレでの排便に成功(毎日～2、3 日に１回以上あり)。排尿･排便の訴えも増え、内１名はサークル歩行器使用し自ら歩き出すほど活動的になった。(以前は四脚二輪付き歩行器使用、職員の支えが必要)　１名は 600～900ml/日の水分を摂取、立位保持を行ない 12 月～2 月間は、トイレでの排便が見られた。あとの１名は手引歩行を行なったが水分量確保できず、効果があまり現れなかった。

【布パンツ】ムレの減少により、かゆみの軽減･臀部の赤みが改善した。

【職員】対象者以外の下剤廃止への取り組みや、趣味活動が行えるような環境作り等、排泄支援や活動について前向きな意見や相談が聞かれるようになった。

《5．考察、まとめ》

下剤を使用せず、トイレに座り自然排便を促すことはご利用者の自尊心の回復、QOL の向上にも繋がる。そのためには生理的排泄の仕組みや促す理論を理解することが重要である。今回効果があまり現れなかったご利用者に対しては記録を振り返り、水分摂取できる嗜好品やタイミングなど、個別的な関わりがより一層必要であったと考えられる。しかしながら、予想以上に活動的になられたこと、また、紙パンツの必要の無さに気付けたことなど新たな発見があった。ご利用者一人ひとりをより細かく把握し、その人に合った方法で水分･活動量を増やし、快適に過ごしていただくことが今後の課題である。

《6．倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究(実践)発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした

《7．参考文献》

白十字　Ｄケアセミナーin 立川　排泄自立への実践セミナー (2015)
竹内孝仁　藤尾祐子(2011)
おむつを外し尿失禁を改善する　筒井書房
監修　竹内孝仁　著　髙頭晃紀(2016)
100 の特養で成功！「日中おむつゼロ」の排泄ケア　メディカ出版

《8．提案と発信》

排泄支援はもっともご利用者の自尊心に関わるものである。便失禁をされることで、生きていることへの絶望すら感じるご利用者もいらっしゃる。しかしその絶望を払拭できた時、そのご利用者の笑顔に、仕事に対する「やりがい」を強く感じ、同時に「おもしろさ」を見出すことができ、ご利用者の尊厳を守る支援に繋がっていく。そして、繋がっていく支援を行うためには、一人で考えこまず声を上げる事が大切である。

無断転載・複製を禁じます。