

5-13		主題	おむつゼロの特養への歩み	
おむつゼロ		副題	自立支援ケアの実践報告	
自立支援ケア				
研究期間	3ヶ月	事業所	特別養護老人ホーム 世田谷区立きたざわ苑	
発表者：井村 明子（いむら あきこ）			アドバイザー：斎藤 貴也（さいとう たかや）	
共同研究者：平田宏・安野竜平・斎藤憲治・阿部扶早子・宮城史彦・岩坂大輔・山本致子				
電 話	03-5453-5620	メール	kitazawa@shoukichichi.org	
FAX	03-5453-5621	URL	www.shoukichichi.org/kitazawa/	

今回発表の事業所やサービスの紹介	当施設は、公設民営にてH13年4月に開設され、特養100床、ショートステイ25床、その他デイサービス、訪問介護、訪問看護、居宅支援事業所などの在宅サービスを併設しています。立地としては、世田谷区の北東に位置し、下町情緒にあふれる住宅地の中にあり、地域住民の方々にご理解やご協力頂きながら、地域に根付いた施設運営を行っています。
------------------	---

《研究前の状況と課題》 開設当初のきたざわ苑では、100名の利用者のうち、約半数が24時間オムツを使用し、排泄については、ベッド上でのオムツ交換をおこなっていました。当時は、もちろん理論や知識のない中でありましたが、オムツを外して、トイレに座ることは良いことだという意識はあり、トイレに座れそうな利用者については、オムツではなく、トイレでの排泄を実施していました。 その後、施設全体の目標として「自立支援ケア」についての勉強を行重ね、そのケアが浸透し、H20年4月には日中のオムツ率が25%までとなりました。そして、同年の9月に施設長より、おむつゼロ宣言がされたのをきっかけに、施設全体でどんなに重度利用者であっても、全ての利用者のおむつを外す取り組みが真剣に開始されました。	《研究の目標と期待する成果》 この取り組みを行うにあたり目指したことは、身体状況や認知症が悪化し、どんなに重度な介護が必要な状態となったとしても、人間としての尊厳である「排泄はおむつの中でなく、最期までトイレで行いたい」という思いを実現する為です。 その為に従来のようなおむつ外しの方法ではなく、おむつを使用する直接的な原因となっている尿失禁や便失禁を改善することにより、排泄における自立性の向上を目的としました。特に、軟便などによる便失禁は、おむつを使用せざるをえない根本的な問題であり、看護、栄養、リハビリなどの多職種との協働により、下剤の廃止、食事、水分、活動量の増加などの徹底により、生理的な排便となるようケアを行い、全ての利用者に対して日中はおむつを使用せずトイレでの排泄が実現できるように取り組みました。
---	---

《具体的な取り組みの内容》

H20年11月に看護チームによる下剤の廃止がスタートし、介護も同時期からおむつを使用している利用者に対して、おむつ外しの取り組みが開始されました。取り組みの基本となるのは、前述の通り排便に対するケアです。それらは以下の8つの原則に基づき行われました。

- ①下剤の廃止
- ②規則正しい生活
- ③規則正しい食生活と常食
- ④水分摂取
- ⑤起床時冷水
- ⑥食物繊維（ファイバー）運動
- ⑦決まった時間の排便
- ⑧座位（トイレ等）での排便

上記のケアの実施の為に「排便ケアアセスメント表」を100名全員に作成し、日々のモニタリングを「排便ケアチャート」に記載することで、システム的に行いました。

そして、もう一つ大切なことは、歩行能力の回復です。それは、利用者の歩行能力が上れば、寝たきりのオムツを使用する利用者も、ポータブルトイレが使用できるようになり、更に一般のトイレが使用できるようになります。要するに歩ければオムツは要らないということです。またこの取り組みは、介護職だけで行うのではなく、委員会を設置し、介護、看護、リハビリ、栄養の多職種間で定期的に話し合いを行いながらおむつゼロへ取り組みました。

《取り組みの結果と評価》

取り組みの結果、約3ヶ月後のH21年1月におむつを使用していた25名の利用者のおむつが外れ、おむつゼロを実現することができました。そして、現在も継続してどんなに重度な利用者であってもおむつは使用しておらず、その後も更に取り組みが進み、現在では「夜間のおむつゼロ」「入所初日からのおむつ外し」を実施できるようになっています。

利用者、家族からは二度とトイレに座ることはできないと考えていた中、トイレでの排泄に喜びやなかには生活の全般にいきがいを感じるようになったとおっしゃる方もいました。また、当初戸惑いを感じていた職員も、今は自信を持っておむつを外しています。

《まとめ》

おむつゼロとは、ただおむつを外して、トイレに座れば良いというものではなく、様々な職種がそれぞれに、または多職種間で連携を取りながら、様々なケアや取り組みを行った結果、達成できるものです。おむつゼロは、目的ではなく、そこに至るまでの食事、水分、運動などの基本的なケアがきちんと行なわれていることや、それらに関わる介護職員や看護、リハビリ、栄養、歯科、相談員、ケアマネジャーなどの専門職が共通の目的を持ったチームケアが出来ているかが重要です。その為、施設のオムツ率は、各専門職のケア能力とチームワーク力を示す指標ではないかと思います。

《提案と発信》

私達介護職員の専門性とは、私達が提供するケアによって利用者が自立した生活が送れることだと思います。その為、上手におむつを交換することが本当の専門性ではなく、おむつを外せるケアにより利用者の自立性を回復することが、本当の意味での介護職員の専門性なのではないかと考えます。その結果介護職員を専門職として社会的な認知が獲得でき、そして介護の仕事にやりがいと誇りが持てると考えます。

【メモ欄】追加資料 有 無

注：参加者が自由に記入できるスペースです。空欄のまま提出下さい。