

快護通信

A good care makes a good smile. A good smile induces happiness.

2017年
12月発行
発行人光洋

40号

KOYO デスパーズ オフツ・カン

株式会社 光洋-ディスパース
〒236-0004 横浜市金沢区福浦1-5-1 ☎045-701-2210



「排泄ケアお役立ち情報をご案内中」

光洋

検索

<http://www.koyo.jp>



— 紙おむつを使用した基本的な排泄ケアについて —

【おむつ内の環境はどうなっているの？】

おむつを使用している方のおむつ内の環境は、どのようになっているかをご存知でしょうか？

おむつは、基本的にアウター（テープタイプ、パンツタイプなど）1枚とインナー（尿取りパッド）1枚をセットで使用します。

その使用方法でのおむつ内の湿度は、非通気性パッド（バックシートがビニール素材のもの）を使用した場合：平均湿度72.5%、最高湿度94.5%、最低湿度42.3%、通気性パッド（バックシートが不織布のもの）を使用した場合：平均湿度66.1%、最高湿度81.3%、最低湿度41.8%となっています。

※当社製品比較データ

排泄直後、おむつ内の湿度は、90%程度までぐっと上昇します。通気性パッドを使用している場合は、その後徐々に湿気がおむつの外に排出され、湿度は再び60%程度まで下がります。しかし、非通気性パッドを使用していると、湿気がおむつの外に排出されないため、湿度が90%以上の状態が持続します。そのまま長時間交換せずに使用すると、皮膚に負担がかかり、蒸れによる不快感やスキントラブルの原因となることもあります。

スキントラブルが生じやすい方には、通気性が良く尿の逆戻りが少ないおむつを使用したり、皮膚保護剤などを用いて予防的なスキンケアを行うことが必要となります。また、パッドは使用なさる方の排尿量や交換時間の間隔に合わせた製品を選択するようにします。

【高齢者の皮膚の特徴】

高齢者の皮膚は、私たちが思う以上にデリケートです。加齢に伴い皮脂量（皮膚を守る油分の量）が減少し、皮膚のバリア機能は低下します。そのため外部からの刺激などがダイレクトに加わって、皮膚が傷つきやすい状態になるのです。

また、皮脂の分泌が減少することにより、角質層の水分量も低下し、皮膚は乾燥しやすくなります。そのため陰部を洗浄したりおしりふきで拭く際は、ゴシゴシこすると負担がかかり、皮膚の赤みや剥離の原因となります。

【おむつを使用している方の皮膚】

高齢者の皮膚は乾燥する傾向にありますが、おむつ内については湿度が高いため、皮膚が浸軟し（ふやけ）がちです。浸軟している皮膚には、ワセリン（プロペト）よりも、撥水性（オイル系）のクリームやローションを塗布することをおすすめします。ワセリンは皮膚表面での水分の蒸発を抑制するため、乾燥した皮膚へ塗布することで保湿効果を発揮しますが、おむつ内のような湿度の高い環境で使用すると、皮膚の浸軟を進める場合があります。

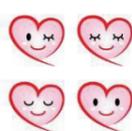
【陰部洗浄の方法】

38～40℃くらいのぬるま湯で洗浄し、タオルなどでやさしく押さえ拭きをして、皮膚に残った水分を取り除きます（ぬるま湯をかける前に、必ず温度を確認しましょう）。1日に1回程度は泡立てた石けんで洗浄すると良いでしょう。洗う際は必ず陰部→臀部の順番で洗い、逆行性感染を予防します。市販のおしりふきを使用する場合、冷たいと不快感を感じるため、なるべく温めてから使用するようにします。

また、便失禁があった際、便の刺激により皮膚がひりついた状態になっていることがあります。ゴシゴシこすったり、熱いタオルで拭いたりすると痛みが生じるため、ティッシュペーパーである程度便を拭き取り、そのあとで濡れタオルやおしりふきを使用して、優しく拭きましょう。拭き取り式の洗浄剤などを使用するのも効果的です。

排泄ケアは、プライバシーに十分配慮することと清潔保持を徹底すること、スキントラブルを予防するケアを行うことが大切です。排尿量と皮膚状態に応じておむつを選び、一人一人に合った清潔ケアを心がけましょう。

気持ち良い排泄を手助けしましょう



私たちコンシェルジュが
お手伝いいたします



私達「光洋-ディスパース ケアコンシェルジュ」は、お客様のところにお伺いし、主として排泄ケアに関する各種の勉強会やおむつ交換の立会いを行っております。

ケアコンシェルジュのモットーは、「排泄に関するお困り事などを、お客様と一緒に解決する」ことです。一方的にアドバイスをするのではなく、「一緒に考え、その方にとって最善の方法を見つけ出す」のが私たちの活動です。

たとえば難しいお悩みでも、私たちは喜んでお伺いし、色々な視点から解決の糸口を探し出します。そのお悩みが困難であるほど私たちはやりがいを感じ、できる限りの心と力を尽くして対応します。

一人のケアコンシェルジュが受け持つ案件は、年間で平均240件。各エリアの担当者が、日々様々な施設や病院でご利用者様・患者様と向き合っています。

もしも今、お困りの事がおありでしたら、ぜひケアコンシェルジュにご相談ください。一緒に解決できる喜びを私たちと分かち合いましょう。



勉強会等についてもお気軽にご相談ください。

株式会社 光洋-ディスパース（代表）
TEL：045-781-1870
FAX：045-781-1877

法人全体でノーリフトケア®を徹底させた取り組みについて

社会福祉法人帝塚山福祉会

介護老人保健施設「聖和苑」様



上田リハビリ統括部長（右）とPTの大西さん（左）

はじめに

介護老人保健施設「聖和苑」様は大阪市住吉区、帝塚山の万代池のほとりにある、100床を有する介護老人保健施設です。

『質の良いケアを提供し、やさしく生命（いのち）をまもりまします』を基本理念とし、2000年4月に開設。施設入所・短期入所療養介護（ショート）100名、通所リハビリ（デイケア）20名等のサービスを提供されています。

ノーリフトとは？ *ノーリフト/ノーリフトケアは日本ノーリフト協会の商標登録用語です。

ノーリフトと聞くと、持ち上げない介護＝腰痛予防をイメージされる方も多岐かもしれませんが、ノーリフトとは、抱きかかえるような介助ではなく、コミュニケーションを取りながら、ご利用者の動きを引き出し、自立性を高めるものです。介助を受ける側と提供する側双方の安全・快適性を追求するケア技法です。

法人理念でもあるノーリフトケア

社会福祉法人帝塚山福祉会様では、ノーリフトケアを法人理念として掲げ、移乗機器を導入するだけでなく、介護に携わる全職員を対象に研修を行っています。ノーリフトケアを行うにあたり、ご利用者が自ら移乗や動作を行えるようサポートできる人材を育成することが目的です。研修は90分×5日間、初級・中級・上級課程が用意されており、参加者はまず初級から学びます。現在、法人全体の介護職員403名の内、123名は初級を修了されています。

なかでも聖和苑様は、ノーリフトケア研修の講師でもある上田陽之リハビリ統括部長（以下上田部長）の常勤されている施設ということもあり、介護職員全員が初級を修了されています。

上田部長の考える“ノーリフト”

「“してさしあげる”という、日本文化のどこかにあるおもてなし。けれど、身の回りのことを全てしてさしあげるより、“したい・やりたい”気持ちを大切にされた方がよい。そこがノーリフトの基本です。しかしまだまだリハビリを行う人もケアをしている人も“してあげている”意識が強いのが現状です。ですから声だけかけて、利用者さんの承諾も得ないまま身体を動かす、人の身体の中に入り過ぎていくように感じます。

まずは、利用者さんにできる限り動いてもらう！その為には、利用者さんの目をしっかり見て、安心してもらい、笑顔で話しかける。触っていいところと触ってはいけないところを理解して、優しく身体に触れる。ユマニチュードの基本である「見る・話しかける・触れる・立つ」のケアが大原則です。私たちは何を助けるのか、何をお手伝いするのか、利用者さんをしっかり見つめて援助していくことが大切です。」

研修に参加してみた

筆者も起居介助の回の研修に参加させていただきました。まず、身体の触り方の指導のために、上田部長が手をとってくださいます。すると、手と手が吸い付いたかのように、ふわふわと腕が自ら動き出します。起居介助においても、ダンスを踊るかのように身体を起こされていきます。

「私たちが動かすのではなく、相手が動きたい気持ちを邪魔しないように、身体に触れることです。」

まさしく目からウロコ！いったい、今までの体力勝負の介護は何だったのかと思えるほどでした。しかし後半、いざ実践！…と意気込んでやってみると難しい。見るだけではなく実践する大切さを痛感しました。

ケアの導入・定着に向けて

寺前介護係長にお話を伺いました。

「僕自身も、ノーリフトが腰痛予防＝介護技術向上に繋がっていくことは理解できていました。そして部長とお話ししていくなかで、マンパワーに頼り、職員が疲弊してしまう現状を何とかしようとケアの導入を決意しました。

しかしいざ研修を始めてみると、ベテランほどできない！『曲げる・ひねる・持ち上げる』、この腰痛を引き起こす3大要因が身体に染みついているからです。中堅もしかりで、我流が無い新人のほうが上手でした。私も立場上できないわけにはいかないもので、隠れて練習をしました。涙ぐましい努力なくしては、新しいことは習得できませんね。

また、リフトを購入しても、ベテランほど使わない！リフトの目の前で2人介助での持ち上げ移乗をしてしまいます。そのためその頃は「貴方に働き続けて欲しいから、（リフトを）使ってください。」と訴え続けました。

また、ケアを定着させるためにも、理学療法士の協力のもと自分たちの行っている成果を対象者の変化とともに記録に残しました。ご利用者に良い成果があらわれ始めれば職員も納得ができ、自主的に取り組むような流れに変わっていくだろうと考えたのです。

今後、リフトの使用がより日常化してくると、重労働はさらに減っていきます。介護から重労働が減り、複雑な技術が要らなくなり、誰もが介護現場で活躍できるようになっていければ、人材不足という悩みも減ると思います。ノーリフトケア導入により、良いスパイラルが創れてきていると実感しています。」

頑張るのではなく、安楽に

以前は排泄においても、力ずくの介助に抵抗を示されるご利用者は、トイレ誘導が困難となり、ベッド上での排泄介助へ移行しがちでした。しかし移乗の際に「スタンディングリフト（ミニリフト：パラマウントベッド株式会社）」などを導入し、いまでは安全安楽にトイレでの排泄を行うことができています。

このように、新しい事を取り入れる施設の試みとスタッフの研鑽から、ケアは多様化され、ご利用者の生活範囲が広がっていくのです。

また、食事前のレクレーションや配膳を理学療法士や看護師が担い、介護職員がご利用者のケアに専念出来るよう工夫するなど、安楽にゆったりとくつろげる聖和苑様の空間は、チーム連携で創りだされていると感じました。

終わりに

私たち光洋-ディスパースは、排泄ケアにおいて新入職員研修・現任研修・施設内の現場フォロー等、色々な形でお手伝いをさせていただいています。これからは是非、ノーリフトケアを取り入れた研修を行って参りたいと思います。

上田部長を始め、寺前係長、宮田主任、聖和苑職員の皆様、お忙しい中取材へのご協力をいただき、本当にありがとうございました。



写真① スタンディングリフトパラマウントベッド株式会社

写真② 施設外観 緑に囲まれた閑静な施設です。

写真③ 寺前介護係長 笑顔が素敵なムードメーカー