

排泄介助マニュアル

1 トイレでの排泄介助

<用具>

洋式便器(温水洗浄機能があれば自分で始末がしやすい)

手すり (L型手すりのほうが立ち上がり、腰掛け動作がしやすい)

緊急ブザー・トイレトペーパー・おしぼり・シャワー(あれば望ましい)

<介助のポイント>

- ・ 排泄のリズムを知った上で、時間をみて誘導する
- ・ 便意・尿意の訴えには気持ちよく応じる
- ・ 介助は、本人ができないことだけを手早く手伝う
- ・ ゆったりとした気持ちで排泄してもらうためにせかさない
- ・ ブザーなどで排泄の終了を知らせてもらう
- ・ 排泄物を観察し、変化に注意し記録する
- ・ 転倒の恐れがあるときは、必ず付き添うようにする
- ・ 利用者の体調が悪いときは無理をしない

<介助方法>

準備

- 1 トイレと寝室の距離をできるだけ短くするように工夫する
- 2 トイレまでの通路や壁に手すりをつける

- 3 照明は明るくし障害になるようなものや段差を無くす
- 4 滑らない履物を用意し床がぬれているときは拭き取っておく
- 5 トイレ内の手すりやトイレトペーパーホルダーを使いやすい位置にする
- 6 トイレ内を暖かくし部屋との温度差をなくす
- 7 排泄しやすい衣服の工夫をし、動作に時間をかけない

手順

- 1 トイレに入ったら壁に寄りかからせるか手すりを持たせ介護者が後ろから下着を下ろす
- 2 利用者の両 腕を介護者の首に回させ、抱きかかえるように便器に座らせる
- 3 介護者は、呼ばれてから入り、手すりをつかませ、中腰の姿勢をとらせ、陰部を前から後ろに拭く
- 4 利用者の足を少し後ろに引かせ、両腕を介護者の首に回させ、立ち上がらせて下着を上にあげる

2 ポータブルトイレを使うときの介助

<用具>

ポータブルトイレ・消臭剤・トイレトペーパー・お手拭・呼び鈴（ブザー）・下敷き用マット（厚手のビニルシート）

<介助のポイント>

- ・ ポータブルトイレはベッドと同じ高さにし、寝たときの健側に置き、使うときに手すりの近くに置くと使いやすい
- ・ 利用者のプライバシーに気を配る

- ・ 室内の換気・臭気に気を配る
- ・ 残存機能にあわせて介助する
- ・ 便器の下に敷物を敷き利用者が安全にできるようにする

< 介助方法 >

準備

- 1 ポータブルトイレは、ベッドの足元に置く
- 2 呼び鈴やトイレトペーパーなどは、すぐに手が届くワゴンの上などに置く
- 3 ポータブルトイレの内側のバケツの中にトイレトペーパーを 2－3 枚敷いておく
- 4 プライバシー保護のため、スクリーンなどで囲う
- 5 寒いときには、暖房を入れておく
- 6 ポータブルトイレの滑り止めと、また汚れてもよいようにビニルの敷物などを敷き、その上にポータブルトイレを置く

手順

- 1 トイレは寝たときの健側に置き、健側の肘で支えて起き、介護者は、膝をさえる
- 2 介護者は、膝を曲げ背を低くして前に立ち、利用者は健側の手で介護者の肩またはベッドの柵につかまり立ち

上がる

- 3 利用者は、健側の足を前に出し、軸にして体を回し、衣服をはずし、トイレに腰掛ける
- 4 介護者は、退出し呼ばれるまで入らない
- 5 排泄が終わり、呼ばれれば始末などの介助を行う

後始末

- ・ お手拭か手洗いの道具を準備する
- ・ 換気、消臭を手早く行う
- ・ 中の容器は、蓋をしてトイレで処理する
- ・ 昼間は、中の容器を排泄のたびに洗浄する

3 尿器・便器の利用

<用具>

尿器(男性用・女性用)・便器(差し込み式便器(洋式・和式))・便器カバー・トイレットペーパー・タオルケット・座布団・

手洗い用の湯とタオル・防水シート・ティッシュペーパー・呼び鈴

<介助のポイント>

- ・ 便器は清潔で暖かくし寒気を与えないようにする
- ・ 排泄にすぐ応じられるように手を温めておく
- ・ 無理な体位を避け、安全な技術で行う
- ・ 室内の臭気や換気に気を配る
- ・ 使用中はタオルケットなどをかけると落ち着く
- ・ 尿が出にくいときは、陰部にぬるま湯をかけたり、暖かいお絞を当てると効果的
- ・ 必要な場合は、排尿時間、排尿量、色の異常などを記録する

<介助方法>

準備

- 1 ベッドの腰あたりに防水シートを敷く
- 2 尿器・便器が冷たないようにパッドを当てる
- 3 露出部をなるべく少なくする
- 4 後処理がしやすいように便器に 2、3 枚のペーパーを敷いておく

手順 1（尿器の場合）

- 1 男性は、足を開いてもらい、受尿口に陰茎をしっかりと入るようにする。自分でできる場合は、介助者は尿器を渡して退出する。本人は横向きなど、やりやすい方法で行う
- 2 女性は、尿器の口を尿道口と肛門の間に当てて密着させる。ティッシュペーパーをおり陰部に当てると、飛散防止と尿器への誘導になる。両膝は軽く閉じる

手順 2（便器の場合）

- 1 利用者を側臥位にし、防水シートを敷き、下着を下げる
- 2 便器を裾のほうから差し込み、臀部の中央(仙骨部)間でいれ密着させる(肛門の下に便器の中央が来るように深く入れる)。利用者に苦痛がないか聞く
- 3 女性の場合は、尿が飛び散らないようにティッシュペーパーを折り、股の間にはさみ、膝を合わせ、足先を開かせる。呼び鈴を置く。腹部はタオルケットで覆う
- 4 呼び鈴が鳴ったら便器、防水シートをとり、下着を着る。排泄物を観察、始末し、換気する

差込便器の当て方

腰が上がる場⇒足を軽く開き「1、2、3」で腰を上げてもらい、臀部に便器を差し込む

腰が上がりにくい場合⇒タオルケットなどを使って腰を持ち上げ、便器を差し込む

腰が上がらない場合⇒利用者を側臥位にして肛門が便器の中央にくるように当てる・位置を確認しながら、ゆっくり仰臥位にする

4 おむつをあてる

<用具>

おむつ(必要枚数)・おむつカバー・おしぼり数枚・布切れ(使い捨て布・トイレトペーパーまたはティッシュペーパー・ぬるま

湯の入った容器・バケツ・スクリーン

<介助のポイント>

- ・ おむつはできるだけ避けるようにする。最後の手段であることを忘れない
- ・ 介護者の都合でおむつをしない
- ・ 新しいセットを用意してからはじめる
- ・ 利用者の排泄間隔を読み取り、排泄物で汚れて不快になっている時間を短くする
- ・ 1日1回はぬるま湯で陰部洗い乾いた布で水分を拭き取る
- ・ 排泄物形状や皮膚の変化の観察をし異常発見に努める
- ・ 男性は前の部分を女性は後ろの部分を厚くする
- ・ おむつカバーからおむつがはみ出さないようにする
- ・ 露出部分をできるだけ少なくする
- ・ 尿量に応じておむつの枚数を加減する
- ・ 陰部や臀部の清潔・乾燥に努める
- ・ 下肢を動かしやすいように股関節部は圧迫しない

- ・ 腹部を圧迫しないように下腹部でおむつを固定する
- ・ 腰部にしわや縫い目がこないようにする

< 介助方法 >

準備

- 1 スクリーンをして、おむつの交換することを伝える
- 2 おむつカバーとおむつをセットし、裾のほうに置く
- 3 おしぼりを使いやすいように用意しておく
- 4 掛け寝具は、足元に扇子折にする
- 5 介護者の手は温めておく
- 6 寝衣の腰部を広げる
- 7 おむつカバー使用の場合は、ボタンや前ひもをはずす

手順

基本

- 1 おむつは、しわを伸ばし、男性は前部、女性は後部を厚くする
- 2 ずり落ちないように、上端は腸骨部に合わせる
- 3 腹部は両手が入る程度、鼠蹊部は片手が入る程度のゆとりをもたせ、圧迫し過ぎないように、かつ動きやすいように当てる
- 4 腹部・鼠蹊部からおむつが出ていないことを確認してから、おむつカバーを当てる

おしりがあげられる場合

- 1 尿や便の残りがいないか確認してから、汚れたおむつを丸めて陰部の清拭をする

- 2 利用者の膝を立て介護者の片方の手を腰に差し入れ、肘をてこにして臀部を挙上させ片手でおむつを抜き取る
- 3 2. と同じ要領で腰部を挙上させ片手でおむつを抜き取る
- 4 おむつとおむつカバーの中心が殿裂と合っている確認してから当てる

おしりが上げられない場合(側臥位での方法)

- 1 尿や便の残りがいないか確認してから、汚れたおむつを丸めて利用者を側臥位にする
- 2 陰部や臀部をぬるま湯で前から後ろへ洗い流し、水分を乾いた布で拭き取ってからおむつを抜き取る
- 3 古いおむつを追い込むようにして、縦に丸めた新しいセットを腰の下へ差し込む
- 4 体を仰臥位にして古いおむつをはずし、新しいセットを広げ腰の部分にしわがよらないように注意をして、またぐりを合わせ中心を合わせる。