

排泄ケアの パラダイムシフトを 起こしましょう!

合同会社プラスぽぽぽ／
うんこ文化センターおまかせうんチッチ代表
榊原千秋

「人生の最後は、うんことおしっこやぞ」。

これは私がかかわった95歳男性の言葉です。ぐっと目を見開き、「どうかしてくれ」と繰り返して訴える姿をよく覚えています。30分ごとの頻尿と尿失禁、便失禁があるために、過去にいた施設ではケアが間に合わず、衣類もシーツも汚染した状態で過ごしていたという方でした。

しかし、頻尿や尿失禁について細やかにアセスメントし、原因を明らかにしてかわり続けた結果、尿路感染や残尿がなくなり、便性状が整いました。それに伴って自力でトイレでの排泄が可能となり、頻尿と尿失禁、便失禁の問題が解決しました。特に30分ごとの頻尿の解決によって睡眠の質が変わり、この方の中での暮らし方は様変わりしました。

人は排泄が整うと、ゆっくり眠れるようになり、食欲も出てきて穏やかになり、元気になります。穏やかに元気になると、その人は、自らの生活や人生を取り戻すことができます。排泄ケアは、明日の希望につながるリカバリーケアである。これは私たちが現場での経験を積み重ねてきた中で得た、確かな実感です。

「ケア提供者中心の排泄ケア」 になっていませんか？

しかしながら医療・介護の現場の排泄ケアは、いまだ十分なものであるとは言えません。「排泄管理」「排泄コントロール」という言葉が当たり前で通用してしまう事実から明らかなように、「ケア提供者側の都合が優先されたケア」が横行しています。訪問看護であれば「便出し日」という形の処置が行われていたり、施設・病院であれば「3日間便が出ていなければ下剤を使用する」というルールが優先され、利用者・患者を浣腸・座薬・摘便して回る「便まわり」がルーティン化していたり。皆さんにも覚えがあるのではないのでしょうか。

先日、ある施設の若いスタッフと話していて愕然としました。「夕方に下剤を入れといたから」と看護師に声をかけられ、しばらく経ってからその利用者のもとへ行くと、下剤投与によって生じた泥状便や水様便がおむつからベッドへとあふれ出ている。「その後始末に心が折れる」とそのスタッフは言いました。これを聞いたとき、ルーティン化した下剤投与の弊害だろうとそのスタッフに同情しました。しかし、スタッフから続いて出てきた言葉は「だからおねしょシーツで腰から下を簀巻きにしておけば、そこしか汚れなくていいですよ」というもの。当たり前のように語るその姿に驚きました。

利用者本人の尊厳はどこにいったのでしょうか。ケア提供者都合のケアから生まれた利用者への負担が、さらに別のケア提供者都合のケアによって強化されるという悪循環がそこにはありました。

本人が「気持ちよく出す」ことを 叶える排泄ケアをしよう

今、目の前でなされている排泄ケアが、将来の私たちに行われる排泄ケアです。皆さん、本当に今のケアが最善のものだと思いませんか。排泄ケアは、「出せればいい」なんてものではありません。「気持ちよく出す」ことを叶えられるものであるべきです。今こそ、パラダイムシフトが必要です。

そうしたケアを実践するためにまず必要なのが、適切な知識の習得でしょう。便秘、下痢、便失禁、頻尿、尿失禁、排尿困難などの排泄障害には原因があります。正確な知識にもとづいて情報を収集し、アセスメントし、原因を明らかにすることで解決できる排泄障害はたくさんあるのです。

「気持ちよく出すことを叶える排泄ケアをしよう」。そうした思いから、私が主宰するうんこ文



おまかせうんタッチが主催する 排泄ケアを学ぶ研修会の一覧

■ POO マスター養成研修会 in 東京

【開催日時・内容（養成研修会 4日＋認定講習会 1日）】

- ① 10月14日（土）
排泄ケアのワークショップ、排泄ケアのアセスメント①、POO
マスターの活動紹介
- ② 10月15日（日）
排便のメカニズムと病態、排便ケアのアセスメント②
- ③ 11月18日（土）
コミュニティケアと排便ケア、事例検討（事例から学ぶ排便
ケア）
- ④ 11月19日（日）
アクションプラン（排便ケア改善のための取り組み案）の
作成・発表
- ⑤ 翌年2月4日（日）
認定試験、実施したアクションプランの発表

【会場】

太陽化学株式会社8階ホール（東京都港区浜松町 1-6-3）

【受講料】

5万円



■ おまかせうんタッチの排尿のコンチネンスケア

【開催日時・内容】

- ① 10月14日（土）
はればれとすっきり排尿するためのケアの考え方とアセスメント
- ② 11月18日（土）
排尿チェック表から読み解く事例検討の実践

【会場】

太陽化学株式会社8階ホール（東京都港区浜松町 1-6-3）

【受講料】

全国 POO マスターの会会員：5000 円
一般（非会員）：8000 円

■ 申込み、問い合わせは下記へ

合同会社プラスぱぱ
うんこ文化センターおまかせうんタッチ
TEL：0761-48-4988
メール：poo@sorabuta.com
<http://sorabuta.com/>



化センターおまかせうんタッチでは、排便ケアを基軸としたチームケア、コミュニティケアの実践者を育成するための「POOマスター養成研修会」を行ってきました。「POOマスター」というのは造語で、排便ケアのスペシャリストを育成するための研修プログラムを修了した人を指します。

このPOOマスターが着実に増えています。私が老人保健施設に介入して「排便ケアの人材育成プログラム」を博士論文として発表したのが2012年のことで、「POOマスター養成研修会」を開始したのが2016年です。そこから徐々に共感してくださる方が集まり、2023年6月時点で、POOマスターは700人を超えています。今や「POOマスターゼロ県」は山口県、香川県、高知県のみです。POOマスターたちのその後の活躍も幅広く、病院、施設、訪問看護・介護などのさ

まざまな現場で、一つひとつの実践の質を高めることに加え、組織内のケア体制の更新にかかわるといった人も出てきました。

もちろん、おまかせうんタッチでは、排便ケアだけでなく、晴れ晴れとすっきり排尿ができるようにサポートするための知識を学ぶ「排尿のコンチネンスケア」という研修会も企画しています。排便と排尿の問題はつながっていますから。

排泄をしない人はいません。排泄から私たちのケアを見直してみませんか。私たちは排泄に関するさまざまな学び直しの機会と、実践をシェアする場を設けています。各種の研修会で皆様のご参加をお待ちしています。お申し込みや詳細、お問い合わせは、うんこ文化センターおまかせうんタッチまで（上記の二次元バーコードからウェブサイトへ飛べます）。