



みよし市主催 地域サロン 第6回(9/13) 介護の仕方をプロから学ぶ

トイレや排泄介助に悩みのある方は沢山みえます。無理な介助は介護する人もされる人も身に大きな負担となっています。
そこで今回は特養「安立荘」施設長の古山さん、介護士の川原さん、お二人から排泄介助の大切な心構え、具体的なトイレ介助の方法などを教えていただきました。

トイレや排泄介助が大変な原因、対策、みつけてみませんか？

● トイレ周りの環境チェック

- ① 必要に応じて手すり、トイレアーム設置してありますか。
- ② その取付け位置、本人の体に合っていますか。
- ③ 便座の高さ、本人の体に合っていますか。
＜高さを補う便座や 腰かけ便座を活用せよ＞
- ④ トイレのある室内、十分に明るいですか。
＜手元、足元が暗いと安心感がなく不安になる＞

● 介護される人の生活チェック

- ① 尿意、便意を感じにくくなっていませんか
- ② ギリギリまでトイレを我慢したりしていませんか
- ③ トイレへのサイン把握してありますか。
- ④ 服装は着脱しやすいものにしてありますか
- ⑤ 腹圧、弱まっていませんか。

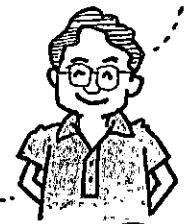
下のお世話にひと言...

介護される人は、はずかしさや申し訳なさが大きく心をしめています。そのために介護する人の何気ない一言にも大きなショックを受けたりします。

排泄介助には、
配慮の気持ちを忘れない
ようにして行ってください。



施設長 古山さん



介護士 川原さん

その人の尿意、便意のサイン（体の動きや言動）やトイレ時間など日頃から見当をつけて早めにトイレへ誘導してみましょう。

服装にボタンの多いものや、ベルト、ヒモ等のついたものはさけて下ろしやすい下着やズボンにしましょう。

腹圧が弱まっていると尿や便が出にくくなります。下腹をマッサージするのも有効です。

水分について

お茶
みそ汁
スープ



水分を制限しすぎると口の中が不衛生になったり、病気の発症につながったり、脱水症状を起したりと、体調が悪くなる原因づくりになってしまいます。介助する人は本人が1日どの位水分を摂っているか把握しておきましょう。