

使い捨ておむつ—使う前 と使ったあとを考える—



群馬大学大学院保健学研究科

内田陽子

廃棄物資源循環学会
春の研究検討会
2023年5月26日

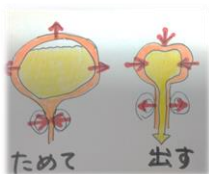
日本は超高齢社会 おむつ消費大国

- 日本の2021年は29.1%（65歳人口の割合）
- 排尿・排便障害をもつ人は高齢者が多い
- 日本はおむつ消費大国

- 1か月にかかるおむつ代（例）
1日交換4-5回する人で考えると、
おむつ1枚50-60円、
1日200-300円
1か月6,000円から9,000円

正常な排泄のしくみ

•しっかり貯めて、
しっかり出す



•出す場所は、おむつでなくトイレ

正常な排泄行動

- 尿意・便意を感じ、トイレ行くかどうか、我慢できるか判断する
- トイレに行く決定をし、トイレを探す
- 男女のトイレを判断して、空いたトイレに入り、鍵を閉める
- パンツを脱いで、排泄
- その後、トイレットペーパーを使い、排泄物を確認して水を流す
- 流れているかどうか確認後、鍵をあけて、手を洗う

•複雑な工程、身体能力、認知機能が必要

主な排尿・排便症状

排尿：トイレに頻回に行く頻尿、
尿が漏れる尿失禁
排尿しても残った感じがする残尿感
尿が出ない尿閉
尿意が急に襲い我慢できない尿意切迫感
お腹に力を入れないと排尿できない腹圧排尿
排尿の尿が勢いがない尿勢低下

排便：便秘、下痢、便失禁

安易なおむつ使用の現実

- 入院して治療中、トイレに行けない、漏れる
→おむつ使用、膀胱留置カテーテル
- 2016年排尿自立指導料が病院に算定
（カテーテルを抜いて排尿ケア）
- しかし、カテーテルは抜かれても
- そのまま、おむつをしたまま退院。

おむつ使った後
高吸収の紙おむつ：利点・欠点

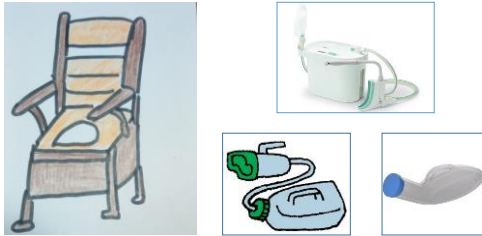
- 利点：たくさんの量を吸収、おむつ交換の回数が少なくてすむ
交換する人は楽
- 欠点：紙にあたる皮膚部分が広く、ごわごわ、動きにくい、蒸れるスキントラブルが出やすい
廃棄物としての環境汚染

看護学生のおむつ体験
おむつに排尿すると罪悪感・不快感が生じる
自尊心の低下につながる
しかし、時間がたつにつれ、不快感を感じなくなる

ケア：トイレ誘導の工夫

- ①時間排尿誘導（定時排尿誘導）
決めておいた一定の時間ごとにトイレに誘導する
- ②パターン排尿誘導
個々の患者の排尿パターンに合わせた排尿誘導
- ③排尿習慣の再学習(prompted voiding)排尿自覚刺激行動療法
トイレでの排泄ができれば褒める、その行動を強化

ケア：補助具の使用
ポータブルトイレ・尿器の使用



ケア：おむつ・パッド・ライナー・パンツ等の
の上手な選択



おむつ外しケアプロトコール一部

| 項目 | 実施の確証 | 評価 |
|-------|---|---|
| トイレ誘導 | トイレ誘導の回数、トイレ誘導の時間、トイレ誘導の場所、トイレ誘導の方法、トイレ誘導の結果 | トイレ誘導の回数、トイレ誘導の時間、トイレ誘導の場所、トイレ誘導の方法、トイレ誘導の結果 |
| 布パンツ | 布パンツの選択、布パンツの着用 | 布パンツの選択、布パンツの着用 |
| リハビリ | リハビリの種類、リハビリの回数、リハビリの時間、リハビリの場所、リハビリの方法、リハビリの結果 | リハビリの種類、リハビリの回数、リハビリの時間、リハビリの場所、リハビリの方法、リハビリの結果 |
| トイレ誘導 | トイレ誘導の回数、トイレ誘導の時間、トイレ誘導の場所、トイレ誘導の方法、トイレ誘導の結果 | トイレ誘導の回数、トイレ誘導の時間、トイレ誘導の場所、トイレ誘導の方法、トイレ誘導の結果 |
| 尿器 | 尿器の種類、尿器の回数、尿器の時間、尿器の場所、尿器の方法、尿器の結果 | 尿器の種類、尿器の回数、尿器の時間、尿器の場所、尿器の方法、尿器の結果 |
| 気分転換 | 気分転換の種類、気分転換の回数、気分転換の時間、気分転換の場所、気分転換の方法、気分転換の結果 | 気分転換の種類、気分転換の回数、気分転換の時間、気分転換の場所、気分転換の方法、気分転換の結果 |
| トイレ誘導 | トイレ誘導の回数、トイレ誘導の時間、トイレ誘導の場所、トイレ誘導の方法、トイレ誘導の結果 | トイレ誘導の回数、トイレ誘導の時間、トイレ誘導の場所、トイレ誘導の方法、トイレ誘導の結果 |

日本エンドオブライフケア学会第6回学術集会
ありがとうといえるエンドオブライフケア
ーすべて統合したポジティブケアー

▶大会長：内田陽子
(群馬大学大学院保健学研究科)



2023年9月16日（土）・17日（日）

昌賢学園まえばしホール（前橋市民文化会館）

対面、ハイブリッド、オンデマンドで開催

終末期のケア・看取りに関する多様な興味ひくプログラム

詳しくはホームページをご覧ください

参加登録者（有料）募集中