履いてみた!! 使い捨ておむつの実際

群馬大学 医学部 保健学科 看護学専攻　崎山 恵里那（さきやま えりな）
群馬大学大学院 保健学研究科 老年看護学　内田 陽子（うちだ ようこ）

手渡された
実際のおむつ

おむつ体験の最初の印象

今回、使い捨ておむつを履いて体験レポートを書いて欲しい、というお話を聞いたとき、はじめは好奇心のほうが勝っていました。『CMでは良いおむつが開発されているようだし、生理のときのナプキンと同じ感覚で大丈夫だろう』と考えていました。しかしながら、実際におむつを手渡され、自宅に持ち帰って、いざつけることを考えると、『排尿したらどうやってきれいにすればいいんだろう』『片付けるときは、どのように捨てればいいんだろう』と、不安と心配が押し寄せてきました。

実際に履いてみた！（テープタイプ）

装着時間はお昼を食べる前、12:30頃でした。まず、着用に時間がかかりました。テープでしっかりと固定しているため安心感があり、時間が経つと慣れてきて、そこまで違和感を感じませんでした。しかしながら、尿意を感じることなく１時間…２時間…と時間が過ぎていきました。いつもであれば、お昼ご飯を食べた後は尿意を感じるはずですが、精神的なものなのか、なかなか尿意を感じませんでした。

いざ…!!

そのまま座って作業していると、強い尿意を感じました。排尿しようと思いましたが、座ったままだと漏れてしまい、椅子が濡れていまうのではないかと不安に思い、立ち上がり、自然とトイレへと向かって歩いていました。『体験するため』とトイレのドアの前で立ったままおむつに排尿しました。なんとも言えない生温かいものが広がっていることを感じ、重みを感じました。ズボンを触ってみても濡れてはいないのですが、なんとも言えない気持ち悪さをぬぐいきれませんでした。『とりあえず、トイレのドアの前から移動しよう』と、少しずつ歩きだしました。少し歩くだけでも濡れた部分が冷たく、不快な感覚でした。先ほど座っていた椅子まで辿り着きましたが、『ずれて漏れてしまうのではないか』となかなか座る勇気が出ませんでした。座ってみても漏れることはなかったのですが、気のせいかアンモニア臭がうっすらとしているような気持ちになりました。またそのまま座っていましたが、気になって気になって何も手につかなくなってしまい、シャワーを浴びるべくお風呂場まで直行しました。

実際に履いてみた！（パンツタイプ）

次にパンツタイプを使用してみたところ、ゴワゴワしていましたが、夜用ナプキンのような感覚でした。こちらも同じようにしばらくすると違和感は感じなくなりました。尿意を感じ、そのまま排尿するとテープ型とは異なり、漏れてしまいました。先ほどと同様に立ったままの排尿でしたが、ツーっと太腿に流れてくる感覚はとても不快でした。なぜ漏れたのか、おむつを確認してみるとLサイズとなっていました。漏れないためにもサイズは重要だということを改めて実感しました。

紙おむつの感想

最初に生理用ナプキンと同じようなものだろうと考えていましたが、精神的な部分が大きく違うということがわかりました。月経血は意図せずに出ますが、尿は違います。尿意を感じていなかったとしても、排尿をしているという感覚があれば、とても不快な気分になるだろうと思いました。また、おむつのまま外出できるか、と考えると不安に感じます。薄いものや臭いがなくなるものなど、さまざまなものが開発されていることは知っていますが、やっぱり排尿はトイレでやりたいと痛感しました。

適切なおむつを選び、適切な着用を行えば、おむつの機能自体はやはり素晴らしいものなのだと感じました。洋服やシーツは濡れることなく、おむつを捨てることで環境は清潔に保てます。使い続けることで、違和感や排尿する不快感も薄れていくのだとも思います。しかしながら、それは自身の生活機能の低下を認めることであり、仕方がないことだとしても精神的には辛いものです。したがって、単に排泄機能に障害があるからおむつを使用するというケアにつなげるのではなく、なるべくおむつを使わずにトイレでの排泄を検討すべきなのだと思いました。2018年の介護報酬改定で、介護施設入所者の自立した排泄を支援する体制を評価する「排せつ支援加算」が新設されました。そして、2021年介護報酬改定では、利用者の自立排泄が達成された場合にアウトカム評価をする加算が新たに創設されています[1)]。対象者に寄り添い、生活の質を向上させるための排泄ケアを考え、提供する必要性を改めて実感しました。

参考文献
1） 厚生労働省：令和3年度介護報酬改定の主な事項について（2021），URL: https://www.mhlw.go.jp/content/12404000/000753776.pdf（閲覧日 2022年12月13日）

BY-NC ©2023 崎山 恵里那／内田 陽子　この記事はクリエイティブ・コモンズ［表示 - 非営利 4.0 国際］ライセンスの下に提供されています。　https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.ja