

## 排泄困難の対応は一人で悩まない



ヘルパーステーションだいとう

責任者 吉田 弘子

排泄困難の対応は、一言では語れないほど数々の訴えと共に介護者の悩みは絶えません。困難な場面に家族の心身の疲労は重なり、つい大声で怒り八つ当たりをする。このような状況にご本人は食事、水分摂取量を減らそうとする事もあります。

出来る限り、オムツよりポータブルトイレ、ポータブルより自力でトイレまで行ってほしい。しかし徐々に体力は低下し歩行困難～排泄困難へと進んで行きます。何とかトイレまでと思う家族の思いも薄らぎ移動も出来なくなると仕方なくオムツを使用する。又介護者の疲労を考え私の方から勧めていく事も少なくありません。ヘルパーがオムツ交換を始めると「汚い事させるね」と辛そうに顔をそむける方、目を閉じオムツ交換が終わるのを黙って待つ方、大騒ぎをする方、涙をこらえる方など様々ですが、排泄介助を望む方は誰もいないのではないのでしょうか？この様な葛藤の中、ゆったりした気持ちを持った介護は欠かすことができません！

### <介護者の声として>

1) 食生活は辛抱出来るのに、排泄は我慢できない。オムツを交換する場合、排尿は何とか交換出来るが、排便は四苦八苦。繰り返し何度も行う為、介護する人も**首、腕、腰の痛み**で身体が動かなくなった。

一人で頑張るとストレスが溜まり、しらぬ間に責めるだけの介護になります。こんな時はまず私達に相談して下さい、**早いSOS**を……。

2) 夜間最後のヘルパーが訪問してから**朝までオムツを交換しない**ので漏れないようにしたいが良い方法はないか？

汚染部分を介護者に尋ねオムツ内のパットを増やし、当てかたについても何度か変えていく中で良い方法を**介護者にアドバイス**しています。必要に応じて訪問看護師と連絡をとり排尿のコントロール又、摘便の援助も行いますが、勿論介護者に協力して頂く事が**最大の解決**になります。

訪問介護ではヘルパーが排泄介助を行いながら排泄量、色等、ご本人の身体状況の観察を欠かさず異変があれば早急な対応が出来るよう心がけています。快便、快尿は健康のバロメーターとも言われていますが快適に生活して頂く為には余裕のある介護が大事な事と感じております。