

# ケアマネジャーに期待するべく 排泄の自立支援のために

**要**介護状態になっても、その人らしく自尊心をもって生活するために「排泄」の支援は非常に重要です。在宅看護専門看護師である著者は、高齢者の排泄の自立支援は「ソーシャルコンチネンス」（社会的自立）を目指すべきと考え、本人と関係者のQOL向上にケアマネジャーが果たす役割も大きいといいます。具体的な事例を読み解きながら、排泄の自立支援にぜひ取り組んでみてください。

排泄とは生体が老廃物などを体外遊離させる現象で、その援助では「スッキリする」という生理的欲求を充足させる側面が重要です。加えて自尊感情の低下やプライバシーの侵害などの心理社会的側面へ配慮し、対象者に適した方法でアプローチすることも求められます。

排泄の援助の対象として真っ先に思い浮かぶのは乳幼児と高齢者ですが、両者では「自立支援」の意味合いが違います。成長発達の過程にある乳幼児では自分でできる「自立」を目指しますが、老化や病気によって諸機能が低下する高齢者では、さまざまな助けを借りつつ補う「自律」が中心課題になるからです。たとえ排泄に何らかの支障があったとしても折り合いをつけて生活できる社会的自立、すなわち「ソーシャルコンチネンス」が、高齢者に対する排泄の自立支援のキーワードになると考えます。

そこで本稿では、日常的に遭遇する「尿失禁」「排便困難」「ストーマ（人工肛門、人工膀胱）の管理」の各課題を抱える事例を通して、排泄の自立支援のあり方やケアマネジャーに知っておいてほしい情報を紹介します。

## 1. 尿失禁に直面する段階の世代の夫婦への対応

### 1) リハビリパンツを受け入れるプロセス

シゲオさんは73歳の男性で、同年代

の妻と2人暮らしです。狭心症治療後の退院を契機に、週2回デイケアへ通っていました。前立腺肥大症のため予期せず下着を濡らすことが増え、妻や介護職員がおむつの使用を勧めましたが、本人は「俺には必要ない」と拒んでいました。そのくせ、小さく畳んだトイレトーパーを下着に当てて、シゲオさんが動いた場所には湿った小さな紙片が散らばっています。掃除・洗濯を行う妻は、担当のケアマネジャーが来るたびに「なんとかならないかしら」とため息をつくばかり。

関わる専門職はこの状況をただ傍観していたわけではありません。服薬の検討やデイケアで骨盤底筋体操を取り入れるなど、チームアプローチを図りました。しかし、事態は好転せず数カ月が過ぎました。

季節は秋、行楽シーズンとなり、デイケアで紅葉を楽しむ日帰りバス旅行が企画されました。シゲオさんもこの旅行へ参加しました。秋晴れの日でしたが外気温が低く、トイレのタイミングが合わなかったために、道中ズボンまで濡らす事態が起きました。付き添っていた介護職員が目立たないように速やかに対処しました。帰宅後、シゲオさんはそのことに一言も触れませんでした。硬い表情のまま。戸惑う妻は沈黙に付き合うのが精一杯でした。

次の通所日の朝、妻は「評判がいいパンツ、使ってみない？」と薄型のリハ

執筆 ▶



**河野政子** ● 地域包括ケアコンサルティングあるす 代表  
在宅看護専門看護師（2013年12月 日本看護協会認定）

大阪府出身。急性期病院で勤務後、看護基礎教育、訪問看護、大学病院の退院調整部門で働く。その後コンサルタントとして独立し、病院の地域連携部門、看護小規模多機能型居宅介護事業所、サービス付き高齢者向け住宅、訪問介護事業所で組織コンサルテーションに取り組む。