

快護通信

諦めない パンツで暮らす事

オンリーワンパンツと夜間用パッドで快適生活



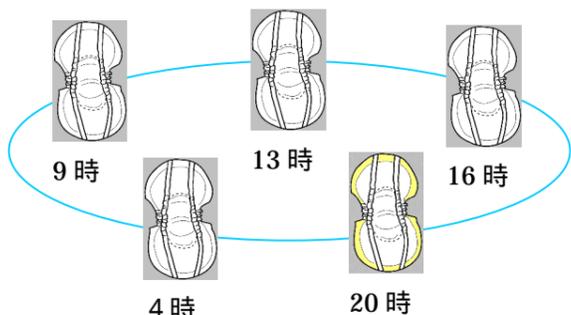
オンリーワンパンツ

トランク型でレギュラーパッドはもちろん、夜間用などの大型パッドもすっぽり入る新タイプの紙パンツ。従来の紙パンツでは問題の多かった夜間の使用も可能。このパンツにかえて、テープ止めの使用者が殆んど

いなくなり、コストも下がった!! という施設が最近増えています。

例えばAさん(86歳・女性)の場合: 日中はテープ止め+昼用パッド(500cc)。夜間はテープ止め+夜間用パッド(800cc)使用。座位が可能で、食事は車椅子に乗って取ることが出来るが、失禁が多いため、アウターはテープ止めを使用。交換はベッド上で行なっている。

アウターをオンリーワンパンツに変えてみました



白: オンリーワンエアープラスMサイズ (28x55cm・500cc)

黄色: オンリーワンエアープラス Mサイズ (38x63cm・800cc)

アウターをテープ止めから大型パッドも併用可能なオンリーワンパンツに変え、数日様子を見ました。特にもれも見られず、次に少しずつ交換をベッドからトイレに行なうようにしました。そして、交換の際トイレに座ってもらう事により、自立排泄が出来るようになり、パッドへの失禁が殆どなくなり、切り替えから3ヵ月後には日中軽失禁用のパッドへ変える事が出来たそうです。それだけではありません、日中車椅子に乗る時間が増え、他のご利用者の方々とのお話が増え、食事摂取量も増え、今まで便秘がちで使用していたお薬も使わなくなったそうです。また、昼夜逆転がちだった生活も改善の方向に向かいました。パンツに切り替えたことで、Aさんにとってあらゆる事が、良い方向に変わって来たのです。

そしてこれは、決して特別な例ではありません。誰でもおむつというものには抵抗があるものです。出来ればおむつなんて使いたくないはず。でもどうしてももれが頻繁に見られ、パンツでは対応できない、とテープ止めを使用するケースは多々あるはず。ただその行為がその方にとって自尊心を喪失してしまう一番の原因となってしまうのです。頑張ることをあきらめてしまう、これは寝たきりや認知症などを促進してしまう大きな原因であると言えます。Aさんのように、逆にテープ止めからパンツに切り替えたことが自信となり、「また頑張ってみよう」と言う気持ちを持ってもらうことは、快適な生活を送ってもらうために何より必要なことです。そのために私たちが気をつけなければならないこと、それは、ご本人様より先に私たちが諦めてしまわないこと、ではないでしょうか。

今月の人

光洋本社 ケアコンシェルジェ 佐野 靖子 さん

はじめまして。8月から本社勤務しております。介護福祉士として横浜市内の老健にて9年介護の現場で働いていました。

今は主に在宅のお客様の注文や排泄に関する質問、ご相談をお電話にて対応しております。光洋の製品を使用されるご本人様、介護者の方のお顔が見えない分、言葉だけの説明の難しさを痛感しております。

今後は介護の経験を活かし多くの現場の介護が必要な方、介護を行なう方の味方になり、お役に立てるようなアドバイスをしていけるよう頑張ります。

勉強会や研修会、介護の直接の現場にお邪魔する事があるかと思えます。たくさんの方々にお会いできることを楽しみにしております。

どうぞよろしくお願いいたします。

介護を行なう上で常に心に強く思っていることは何ですか?

介護にはコレ!と決まった画一的な方法(マニュアル)がないことが多く、行き詰ったときは

- ・自分だったらこうされたいなあ
- ・自分の親や祖父母に対してならこうして欲しいなあ

と置き換えること。

そうすることにより自然に答えが見つかることが多くあります。

好きな人は?: 3歳になる息子
 好きな食べ物は?: うに・ラーメン 展示会にて
 好きな飲み物は?: ビール
 一番好きな光洋製品は?:
 オンリーワンパンツとオンリーワンエアープラスXMの組み合わせと、テープ止めかめめにオンリーワンエアープラスXMさらさらスリムの組み合わせ。



サプリで毎日健康

サプリメントコーディネーター

最近ドラッグストアやコンビニで気軽に購入できるサプリメント。でも種類がありすぎるし、どのサプリが自分に合っているのか選ぶのがとても難しい...と、思っている人も多いはず。また、信頼のおける商品を選ぶことや、製品同士の飲み合わせ、副作用など安全面の問題についても気になるところですよね。

こうした環境のなか、最近注目を浴びているのが『サプリメントコーディネーター』です。サプリメント先進国アメリカではすでに教育や医療、スポーツなどあらゆる場面で活躍し、『サプリメントコーディネーター』は社会的にも高い評価を得ています。アメリカより10年遅れているといわれる日本のサプリメント業界ですが、その活躍の場は、美容や医療、介護、スポーツほか、サプリメントを扱う商社や流通業界など、多方面にわたって現在急速に広がり始めています。

サプリメントコーディネーターは民間資格

『サプリメントコーディネーター』とか『サプリメントアドバイザー』、『サプリメント管理認定士』など、色々な名前が呼ばれているけれどいわゆる『サプリの薬剤師さん』は、民間資格。

色々調べてみたけれど、殆どが通信講座で受講期間も大体3~4ヶ月と短期、そのため受講者は主婦から専門職の方まで幅広いそうです。前にお邪魔させていただいた千葉の施設にはこの資格を持つ管理栄養士さんがいらっしゃって、食事法にサプリを取り入れ健康維持を図る取り組みをしていると教えてくれました。その他看護師さんや介護士さん・薬剤師さんにも最近この資格が人気だとか...

カリキュラムはサプリメントの基礎知識や栄養学から、サプリメントの活用方法・利用法、有効性・目的別処方など、自己管理のために普通に知っておきたい知識がいっぱい。資格取得には特別な試験はなく、1回ごとの講義終了後に課題を提出し、すべての課題に合格すれば取得できます。

サプリ図鑑

サプリメントとして利用されている素材や成分・摂取法、注意点などが詳しく書かれた書籍が数多く出版されています。世代別成分効果も紹介しており、サプリ初心者でも手軽に読んで役立つ情報満載です!!



薬膳アドバイザー

この他にも今話題の民間資格に『薬膳アドバイザー』というものもあります。以前広島島の道の駅で『薬膳アドバイザー』の方が経営しているレストランに入ったことがあります。『薬膳』と書かれるとどうしても「苦い」とか「薬っぽい」味を想像してしまいついつい避けてしまいがちでしたが、そのレストランで頂いたランチは旬の食材にこだわったとても美味しいメニューで、見た目も美しい懐石風。お昼過ぎに入ったのに店内は女性のお客様にぎわっていました。なんでもランチタイムは予約をしないと入れないほどの人気だとか...

美味しくてリーズナブル、ボリュームもあってローカロリー。しかも健康と美容に良いというわけですから女性が放っておくわけがありませんよね。「薬膳料理」はもはや「まずい薬料理」ではなく、「おしゃべりで美味しいヘルシーフード」なのです。

施設・病院でもぜひ取り入れたいジャンルですね。

介護アポイント講座

おむつのおもしろネーム

施設や病院にお邪魔すると以外におもしろいのがおむつの呼び名。皆さん一生懸命工夫されておむつを使用しているんだなあ...と感じてしまう場面の一つでもあります。

中でも男性の尿漏れ防止に使用する尿取パッドのあて方には施設によって様々な名前が付いています。貝巻き状に巻いたあと、漏れ防止のためにお腹にあてるあれです、あのパッドの名前です。

一番多い呼び名はやっぱり『横あて』。「お腹に1枚横あてしておいてね」なんて会話をよく耳にします。

『腹当て』とか『フラット』なんて言う名前も良く聞きます。面白かったのは『流し』。「横に流しておいて」と言うと『横あて』をすること。ちなみに「後ろ流し」や「股流し」・「脇流し」など、場所によって色々な言い方があるそうです。

それから『バリケード』。いかにもって感じがします。『横パ』と呼んでいた施設さん、『横あてパッド』の略でしょうか。『コピー』と呼んでいた施設さんがありましたがどんな由来かはナゾです。

でも皆さん、実はあの『横あて』。本当は良くないって知っていましたか?パッドはあまり重ねて使用するとムレが生じて皮膚トラブルの原因になってしまうんです。しかもバックシートで滑ってずれやすくなってしまい逆に漏れを生じさせてしまう事もあるんです!!

もれをなくするためにはその方の尿量に合った吸収量のパッドを1枚使用するのが1番よい方法です。『横あて』を使っている方はぜひ1度尿測をして、パッドを選んでみてくださいね。

皆さんを応援しています!!!



オムツフィッター研修を取材しました!!

京都 むつき庵様

オムツフィッターとは?

排泄の悩みやケアのトラブルを、幅広い視点からその人にあった方法で解消し、排泄用具だけでなく、住環境や食事、福祉用具全般から適切な排泄ケアを提案するのが「オムツフィッター」です。この研修は京都にある「排泄用具の情報館・むつき庵(あん)」の浜田きよ子・高齢生活研究所代表が『介護施設の職員でさえ、排せつ用具の適切な選び方、使い方を知らない人が多い』ことに気づきびっくりしたことがきっかけで04年9月から始めた認定資格。開始以来様々な分野から800名以上の方が受講されていて、現在までで3級取得者は約700名・2級取得者は約65名に上るそうです。

研修カリキュラム

研修スケジュールは下の表の通り。カリキュラムは解剖学・排泄の生理・おむつの構造・種類と特徴などから、実習にておむつの装着方法まで、学校では学べない『排泄』の全てが学べます(右表)。私がお邪魔したのは3級の第1日目で、排尿・排便の生理についての研修でした。

2級(1泊2日×3回)		3級(2泊3日)	
A講座	2日間	テスト	3日間の研修
B講座	2日間	テスト	
C講座	2日間	テスト	
3ヶ月以内に卒業論文を提出		70点以上で合格	
合格			

オムツフィッター研修スケジュール

初日は1時から5時までの4時間。帰りに一人一人に紙おむつが配られ、実際にオムツの中で排尿してレポートを提出するようにとの事でした。自分で体験してみて、使われる方々の気持ちになってみるという事はおむつを学ぶ上で何より大切なことです。

研修カリキュラム表(右中):

研修風景(右下):

今回も定員数(36名)は満員。前回参加出来ず今回参加しましたと言う方もいらっしゃいました。北は北海道・南は沖縄まで、日本各地から毎回たくさんの応募があるそうです。受講者は介護士・看護師、理学療法士、作業療法、在宅介護をされている主婦の方々の他、公務員の方や私と同じようにオムツのメーカーの方もよく参加されるのだそうです。皆さん真剣に学んでいます。私も取材の側ら後ろの席で講義を受けさせていただきました。

オムツフィッター3級 研修カリキュラム	
講義	実習
<ul style="list-style-type: none"> 排泄のメカニズム 尿、便について 失禁はなぜおこるのか? 失禁のタイプ 便秘のケア 褥そうとオムツ 排泄支援の態度と方法 排泄に関わる用具とは何だろうか? 福祉用具選びの総論 トイレを使いやすくするために ポータブルトイレの選び方 	<ul style="list-style-type: none"> オムツ装着・排尿体験 ポータブルトイレの姿勢保持と移乗 オムツ交換体験と当て方のポイント (むつき庵での)排泄用具選び、オムツの種類と使い方、軽失禁対応 事例でのグループワーク



テキストを参考に皆さん真剣に受講しています。女性の方が殆どですが、男性の方々の受講も多くなってきたと言います。この日の男性受講者は6名。



講師の吉田先生。事例などを織り交ぜて説明してくれるのでわかりやすく楽しい講義でした。



ちょっと休憩。
はいバンザイ!!
腕をのばして大きく伸びをしましょう~!!

浜田先生・スタッフと受講者の皆様取材のご協力ありがとうございました!!

オムツフィッター講座・むつき庵についてのお問い合わせは下記のむつき庵ホームページをご覧ください!!

むつき庵 <http://www.mutsukian.com/>



「排泄ケアは、単に“オムツ”や排泄器具の選定、尿量や介護度、皮膚や器官のことだけを見てどういうケアをしたら良いのかを考えるだけのものではありません。排泄に関する正しい知識をもち、固体としての問題以外にもその人と社会との関係や対人の関わり方、今までの暮らしなど、様々な面からその人らしい生活を支えるために出来ることを、同じ目線に立って考えていくことこそが、本当のケアと言えます。そのためには、排泄に関するいろいろな知識と、情報をもつことが必要です」と浜田先生は言います。オムツフィッターとは、まさにその全てを学び、その人らしい生活を支えるための提案者です。先生も、今まで様々な困難にぶつかって色々な事を学んできたと言います。「排泄の状態が良くなり人生が変わったという事例を今までたくさん見てきました。排泄は単なるテクニックではありません。より満足のいく方法論を探るために、一人ではなく、いろんな人達と意見を交わし議論してほしい。」最後にそう力を込めて語ってくださいました。



浜田先生の書籍紹介

左側:

「介護をこえて」

- ・出版: 日本放送出版協会
- ・税込価格: 914円(本体: 870円)

右側:

「トイレの自立を守るコツ 排泄介護実用百科」

- ・出版: ひかりのくに株式会社
- ・税込価格: 1,680円(本体: 1,600円)



とっても勉強になりました!!!

