

平成 27 年 11 月 14 日

1. 排泄のしくみ：しっかり貯めて（蓄尿：膀胱）、しっかり出す（排出：尿道）  
\*貯められないと頻尿や失禁、出せないと残尿や失禁
2. 排泄のコントロール：①脳と②神経、③下部尿路（膀胱・膀胱）が協同して行われる  
\*認知症はこらえられない、我慢できない、しっかり出せない、周りを見ての判断等ができなくなり、周りに迷惑をかける
3. 認知症の人の排泄問題
  - ① 尿意の感覚、伝達：「これが尿意？伝えないといけないのか？どうやって伝えればいいの？わからない。言葉も出ない、判断できない。」
  - ② 尿意を我慢すること：「これだけ貯まっていればまだ、30分は大丈夫。」という予測や判断ができなくなる。周囲の状況を見て我慢することができない。放尿になる。
  - ③ トイレの場所がわからなくなり失禁（機能性尿失禁）：トイレの場所や位置、便座をみてもどのように使ってよいかわからない
  - ④ 急な尿意が襲ってきて、どうしたらよいかわからず失禁（切迫性尿失禁）：脳神経の連動の働きが悪いために、急な尿意で失禁してしまう。放尿になる。
  - ⑤ しっかり排泄できず、残尿があるために、再び失禁、頻尿  
さっきトイレにいったはずだが、しっかり出し切れずに尿が残っているのでまた、トイレに行く。
  - ⑥ 不眠や夜間せん妄のために、夜間頻尿や失禁  
夜間、うろうろして、放尿したり、オムツをひきちぎったりする
  - ⑦ 高血圧や心臓病等で夜間多尿のために夜間頻尿や失禁  
脳血管性認知症は根本に生活習慣病がある
  - ⑧ トイレでの排泄順序がわからず、始末に困る放便、放尿  
トイレをみつけても、鍵を閉める、パンツを脱ぐ、ペーパーを使う等の順序が混乱して、トイレや衣服を汚す。
  - ⑨ 勝手にオムツで不快のためのおむつはずし、破り  
失禁しておむついじるので、また、何重にはめられて、悪循環
  - ⑩ 尿道膀胱留置カテーテルを抜いて血だらけ  
カテーテル入っているからおしっこしてくださいといっても、不快感のために、トイレに行くと大騒ぎ、自己抜去すると尿道損傷、出血する
  - ⑪ 便が出ないと大騒ぎの便秘  
便意の確認、トイレまでの行動、じっとして、腹圧かけるタイミング、残便感、下剤効きすぎ、体調悪く大騒ぎ

#### 4. 認知症の人の排泄ケアのポイント

##### ① 排尿日誌でアセスメント

3日間、半日でもよい。 **数回でもよい**

一回とゆくらいためられているか？  
濁っていたよいか？

ユーリンパン、尿カップを使い、一回排尿量、回数、尿の性状を観察、記録

尿回数で頻尿かどうか（日中8回以上頻尿、夜間1回以上頻尿）

本人は困っていないか？排尿痛、尿が少ない

排尿の時間間隔

一回排尿量

失禁と自尿の回数

尿の混濁、色

##### ② 尿意のサイン、トイレ誘導（時間毎、個別性、褒める）

本人がモソモソしたらトイレ誘導

とにかく時間がたってちょうどよいときにトイレ誘導

時間決めてトイレ誘導

トイレでできたら褒める（行動療法）

##### ③ トイレの場所をわかりやすく

表示、ドアを開けて電気をつけておく

##### ④ 排尿中の尿の音や尿線を観察

尿線や弱い音が弱い場合は、残尿があるかも→残尿測定（泌尿器受診）

ユーリンパンを使い、一回排尿量、回数、尿の性状を観察、記録

##### ⑤ 体調の変化に要注意（尿路感染、薬剤の影響、他の病気）

尿が混濁→尿路感染の疑い（受診）

##### ⑥ トイレの見守り・声かけ、トイレの紙や洗浄、便器の工夫

じっとみつめずさりげなく見守り、声かけ、トイレトペーパーの質、便所紙

洗浄のボタンの表示、便座の高さ、フタ、便座に印

##### ⑦ おむつやパンツ、ライナーの効果的な活用、無駄な製品は使わない

紙オムツ（テープ式、パンツ型）、失禁対応型布パンツ、失禁量にあわせたパッドとライナー

##### ⑧ カテーテルは早期に抜く、尿閉への対応

24時間で逆行性尿路感染、早期に抜く、その後、尿が出なければ、トイレ誘導で水の音をきかせる、リラックス、間欠的導尿、泌尿器受診

##### ⑨ 下剤の調整、食事や水分の調整

大腸刺激性下剤を増やさない、長期に使わない、基本はしっかり食べて、飲んで、運動、朝便座に座ること

##### ⑩ 排泄自立の低下の特徴を知って、あきらめる、さっと流す、さっと片付ける

いずれはねたきり、排尿のトラブルも長くは続かない、今、できていることもできなくなる、失敗してもなかったようにさっとかたづける、掃除する。

##### ⑪ 消臭剤、床に新聞紙で汚れをすぐに片付ける