



「当たり前」の排便コントロール ～自立支援介護理論の実践から～

介護老人福祉施設 岩井あすなろ

介護士 田中 信次

I. 取り組み課題 | 排泄ケアの現状

日々行われる排泄ケア…

自分以外の誰かから「シモの世話」になる

トイレではない場所がほとんど
おむつの中での排便も…

気持ち悪い…

不安だわあ…



I . 取り組み課題 | 高齢者と便秘のケア

- 下剤服用で排便を促し、便秘を予防する
- 性状の観察などを行う
- 下剤の調整を専門職で検討

成功例の裏で…



- 性状が不安定。皮膚トラブルや更衣

利用者・職員双方の負担感

増



I. 取り組み課題 | 便性状について

非常に遅い

(約**100**時間)

消化管の
通過時間

非常に早い

(約**10**時間)

1 コロコロ便



硬くてコロコロの兔糞状の便

2 硬い便



ソーセージ状であるが硬い便

3 やや硬い便



表面にひび割れのあるソーセージ状の便

4 普通便



表面がなめらかで柔らかいソーセージ状、
あるいは蛇のようなとぐろを巻く便

5 やや軟らかい便



はっきりとしたしわのある柔らかい半固形
の便

6 泥状便



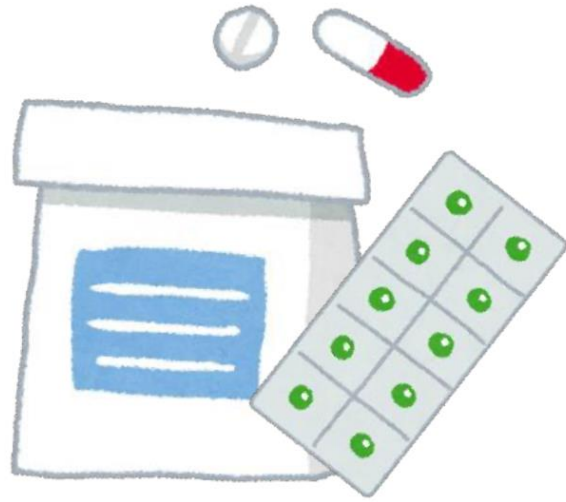
境界がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の
小片便、泥状の便

7 水様便



水様で、固形物を含まない液体状の便

I. 取り組み課題 | 現状と課題

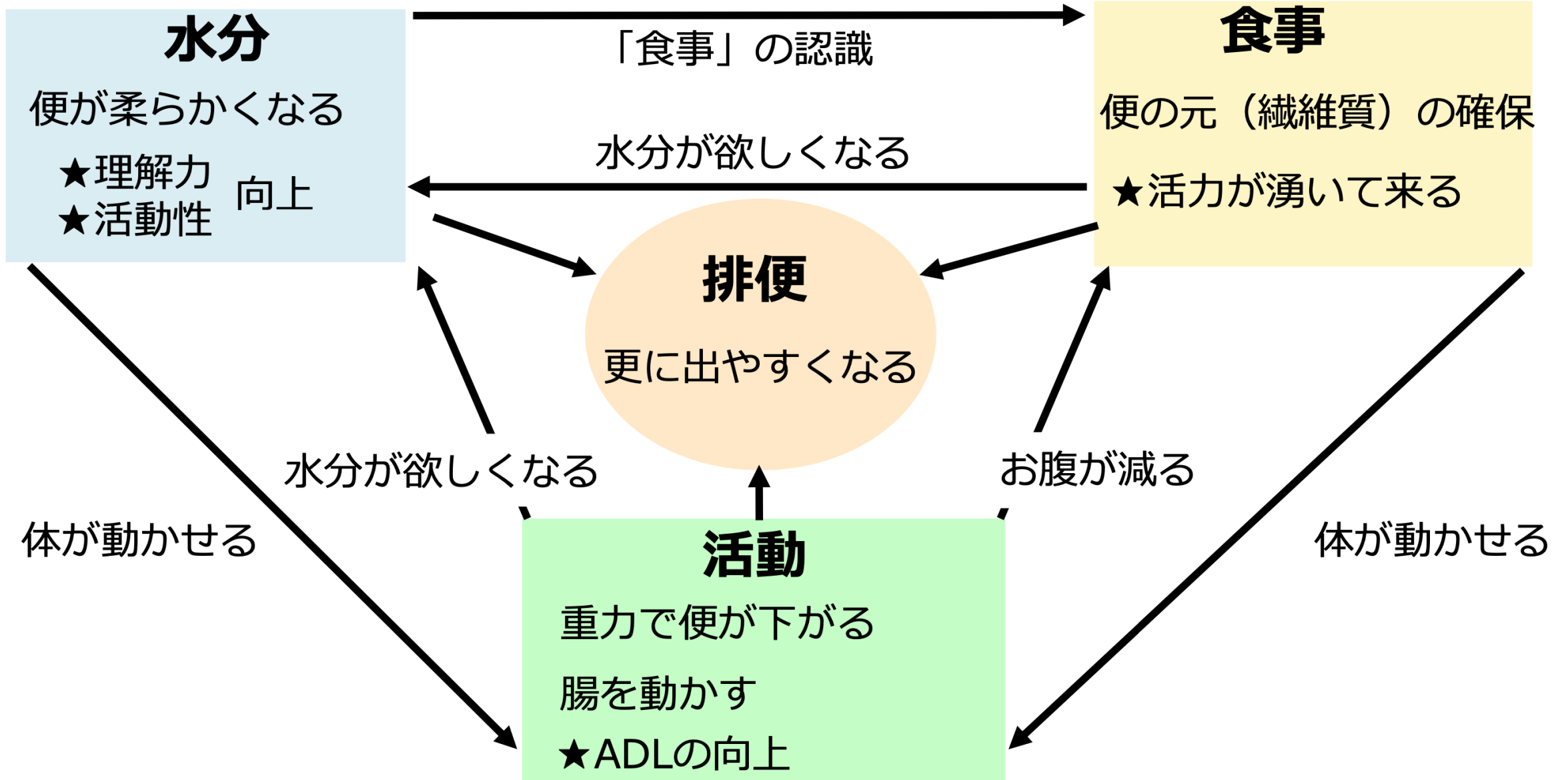


に 頼りがち…



もっと「生活」に注目した
「介護」のアプローチが必要

Ⅱ. 具体的な取り組み | 自立支援介護理論



Ⅱ. 具体的な取り組み | 対象紹介

A氏 女性 98歳 要介護4 (研究開始時現在)

障害高齢者の日常生活自立度 : B 2

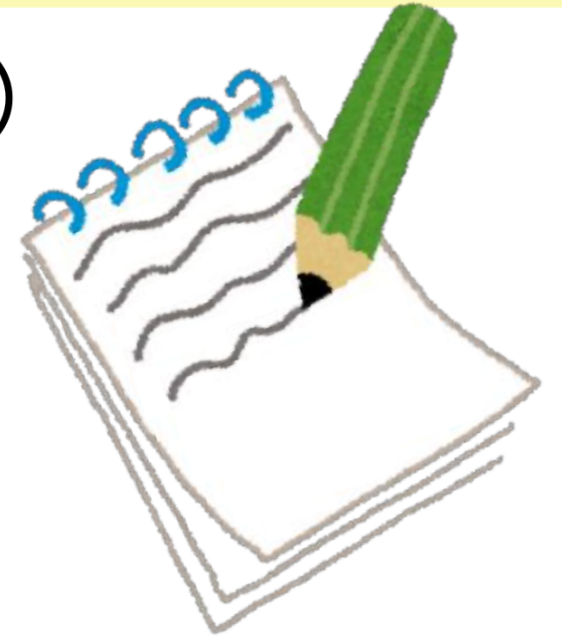
認知症高齢者の生活自立度 : Ⅲ b

既往歴 : 狭心症、脳梗塞後遺症、認知症

排泄状況 : トイレ案内 紙パンツ・パッド使用

失禁ほぼ毎回あり 尿意 : 時々 便意 : なし

取り組み期間 : 令和2年9月 ~ 現在 ※一部継続



Ⅱ. 具体的な取り組み | 目標設定

- 水分摂取量 **1500**ml / 日

排泄・不感蒸泄で体外に排出される水分と同等量(目安)

不感蒸泄 = 汗を除いた皮膚や呼吸からの水分蒸発

- 食事 常食提供

常食が繊維質摂取効率が良い

- 離床時間・活動量の増加(全身運動など)

- 下剤の見直し

- トイレでの排便支援



Ⅲ. 活動の成果と評価 | 状況・状態の変化

水分

食事と一緒にゼリーを提供する工夫

(ml/日)

1500

- 水ゼリー
- おやつなど
- お茶

1000

800

500

0

令和2年6月

1300

令和2年12月



Ⅲ. 活動の成果と評価 | 状況・状態の変化

食事

義歯調整が行われ、食事形態変更を検討
管理栄養士と相談。常食へ移行



取り組み前（令和2年6月頃）

粥・キザミ 平均 **6~7** 割

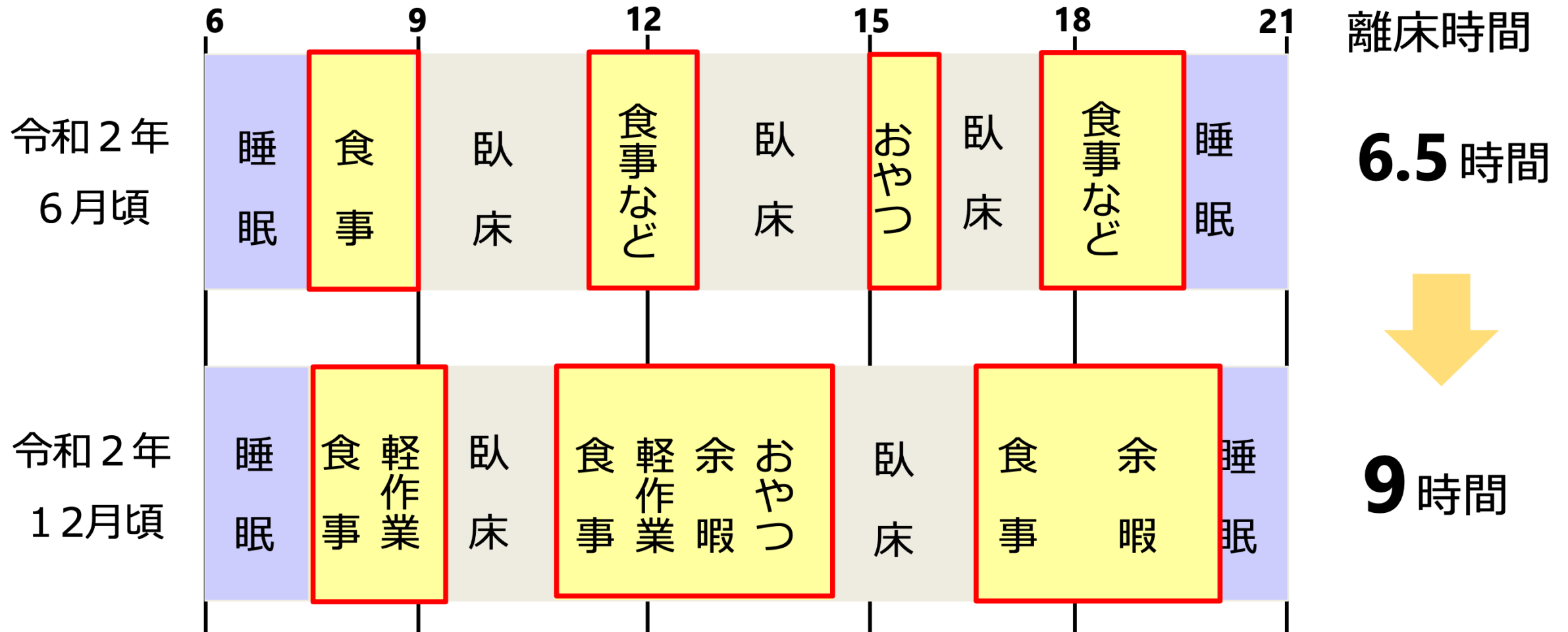
取り組み後（令和2年12月頃）

ご飯・常食 平均 **8~9** 割



Ⅲ. 活動の成果と評価 | 状況・状態の変化

● 離床時間・活動量の増加



Ⅲ. 活動の成果と評価 | 状況・状態の変化

下剤服用量の見直し

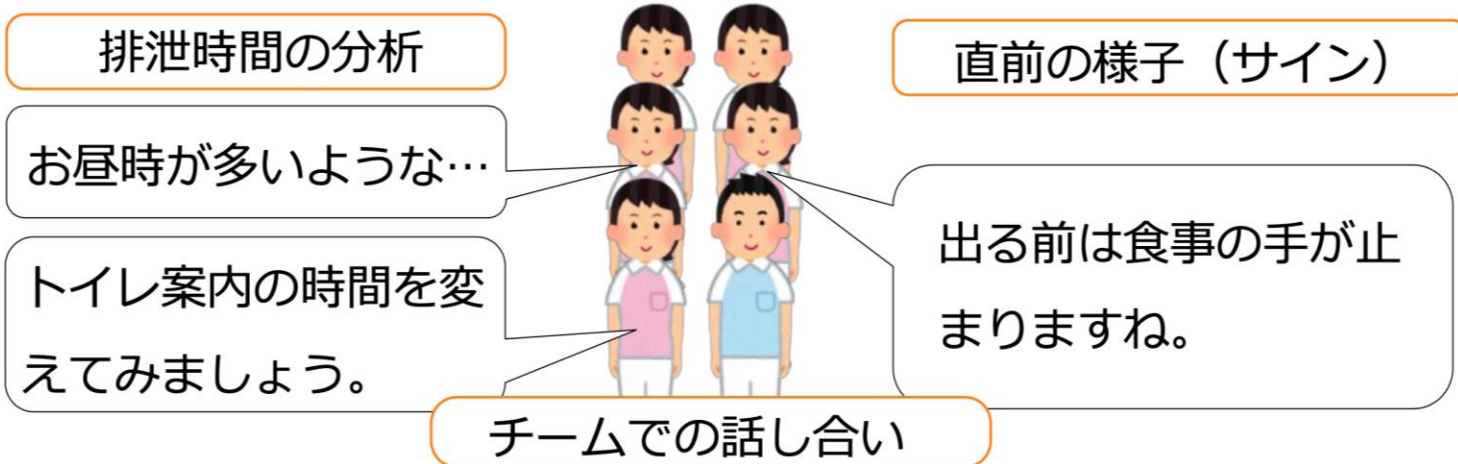
	服用する下剤など	排便状況
入所時	マグミット錠 330 mg 3 回/日 未排便時センノシド錠 2 錠	垂れる程の排便が朝方にあり、更衣頻回
取組初期	マグミット錠 330 mg 3 回/日 未排便 2 日目 ピコスルファート 8 滴	排便時間が昼間になるが形状に変化なし
再検討後	マグミット錠 330 mg 3 回/日 未排便 4 日目 レシカルボン坐薬挿入	未排便 2 日目には出るようになる (遅くても 3 ~ 4 日目、坐薬使用なし) 形状も緩いものではなくなった

Ⅲ. 活動の成果と評価 | 状況・状態の変化

トイレでの排便支援

更衣は減ったが…

便意を訴える事がない為、失便ばかりで行き詰まり…



トイレでの排便支援

トイレ案内時間の変更

腹部のマッサージと腹圧の声かけ



Ⅳ. 活動の成果と評価 | まとめ②

今回の取り組みを振り返って
「当たり前」の事をやっただけ



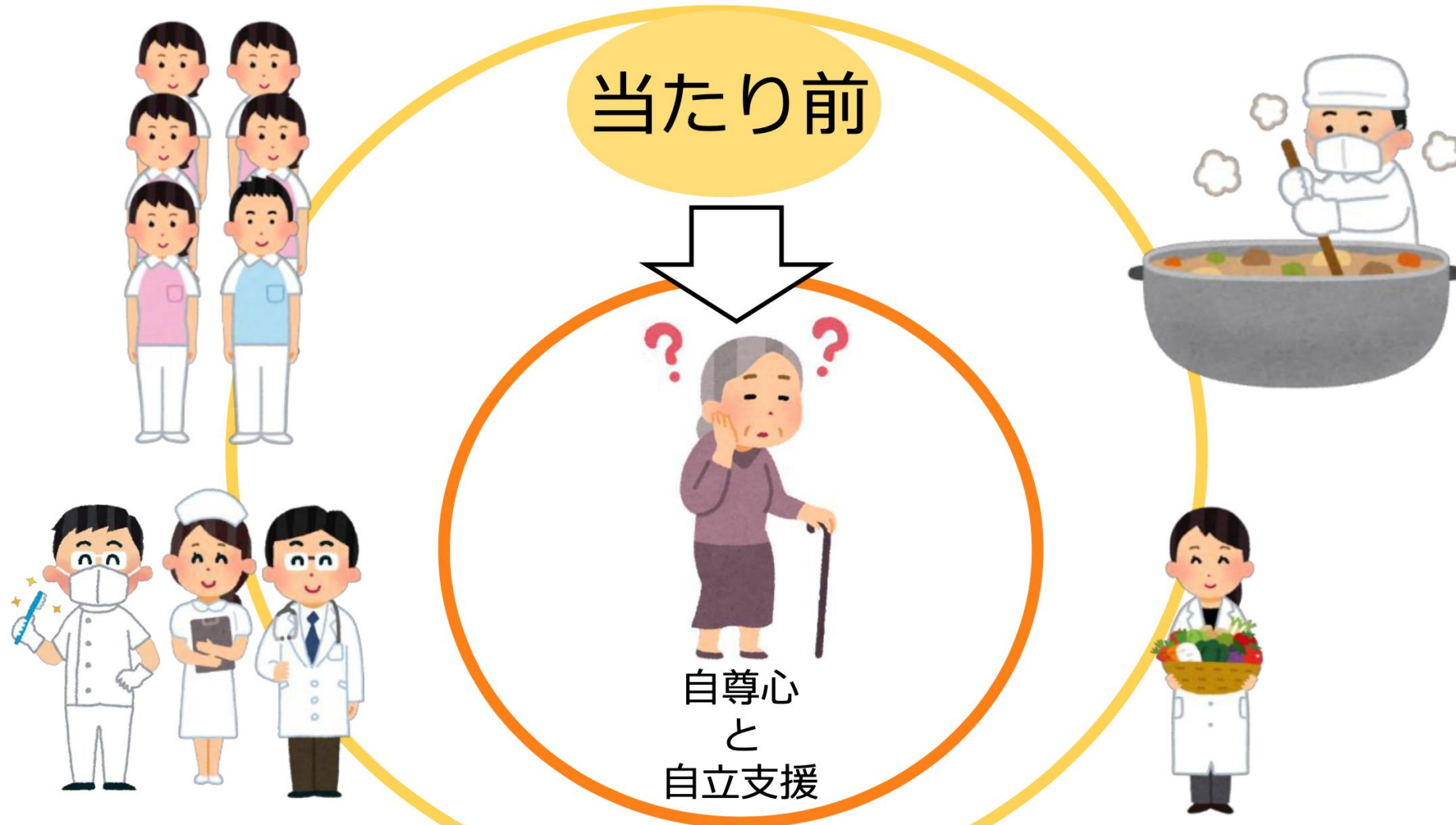
これまでのケアは本人の**「当たり前」**が置き去りだった

「当たり前」は 自然の摂理に沿った
より人を大切にした

優しい介護



IV. 今後の課題 | 取り組みからの発展



みんなで実践する認知症ケア

参考文献

- 竹内孝仁,認知症のケア, 認知症を治す理論と実際,年友企画, 2007.
- 竹内孝仁,自立支援介護ブックレット①～④,筒井書房, 2013.
- 浅野洋蔵,「うんこ」が無理なく出る介護,その介護は人を大切にしていますか?,法研,2019.
- 排泄ケアナビ『ブリストルスケールによる便の性状分類』
https://www.carenavi.jp/ja/jissen/ben_care/shouka/shouka_03.html
2021年9月30日閲覧
- スムーズな排便のために在宅介護でできること～介護のキホン～ | 介護情報
なら安心介護のススメ |
<https://www.secom.co.jp/kaigo/basic/20180821.html>
2022年6月20日閲覧

ご清聴ありがとうございました。



写真使用についてはご家族の承諾を得ております