

1

スムーズな排便への促し

～その人らしく暮らしてもらいたい～

特別養護老人ホーム 厚生苑

2


スムーズな排便への促し

Stage 1：取組みへのきっかけ

▶ 定期薬の下剤を服用していても便秘がちになっています。

↓

▶ 3日に1回の排便がないと、指示薬(ラキソ)の服用をしている。



3

スムーズな排便への促し

▶ 服用すると排便が多量にあるが、それに伴い水様便で便失禁になることが多い。


▶ 服用することによって腹痛が起こる。

▶ 不穏になられる方も居られる。

4

スムーズな排便への促し

▶ できるだけ指示薬を服用せず、定期薬でスムーズな排便が促せたらよいのに---



▶ 1日25gのファイバーを使ってみたら

5

スムーズな排便への促し

Stage 2：どうやったら飲んでいただけるか

▶ ファイバー入りのお茶を、なかなか飲んでいただけない

▶ 朝のお茶と、10時の水分補給時の2回に分けて提供することにしました。


6

スムーズな排便への促し

▶ しかし、お茶での水分補給ができず、なかなか飲んでいただけない。

▶ お茶以外で他の飲み物に替えてみましょう。

コーヒー、紅茶、ポカリ



7

スムーズな排便への促し

➢ コーヒー、紅茶、ポカリにかえたところ

美味しいね！
お替わり
下さい！

➢ その結果、美味しいという声が利用者様から出て、排便を促すために必要な水分補給が行えるようになった！！

8

スムーズな排便への促し

Stage 3 : EN様 (女性)

➢ 自立歩行、日中トイレ誘導
リハパン使用

➢ 定期的に服用している下剤
(朝：ラキソ5滴)
(昼：)
(夕：プルゼニド3錠)

9

スムーズな排便への促し

➢ 一か月間試してみたが効果なく中止する。

➢ 効き目がないと思われる理由
神経系の薬を服用しているため、便秘になりやすいと看護師より助言があり。
そのためか？と思われる。

➢ 現在は神経系の薬が中止になり、定期の下剤でほぼ2日に1回のペースで排便がみられるようになってきており、ファイバーを再開してはと・・・現在検討中

10

スムーズな排便への促し

Stage 4 : K T様 (男性)

➢ 車椅子 (自力移動)、オムツ対応

➢ 定期的に服用している下剤
(朝：プルゼ2錠・酸化マグネシウム0.5g)
(昼：酸化マグネシウム0.5g)
(夕：プルゼ2錠・酸化マグネシウム0.5g)

11

スムーズな排便への促し

➢ 三日に1度の指示薬を服用されることが多く、排便時には不穏になられる。

➢ K T様の不快感を少しでも減らし、自然排便を促すように試みた。

➢ むせ込みあり、水分摂取量が少ないK T様であるので、お茶ゼリー・ポカリスエットのトロミ付を好まれるので、朝食時と10時の水分補給時にはファイバーを入れて摂取していただく。

12

スムーズな排便への促し

➢ 朝、ラキソを与薬するが、日中から夜中まで腹痛の訴えが強く聞かれるようになり、本人の訴えがはじめは解らず、K T様がイライラすることもあった。

➢ 腹痛の軽減のために、夜間、温かいタオルで腹部を温めマッサージを行うこともあった。

13

スムーズな排便への促し

- 6ヶ月間試した結果、毎日の排便ではないが**指示薬の服用がほぼなくなった**。排便の状態も軟便となってきている。排便時には**不穏なことも少なくなった**。
- **水分補給を多めに摂取**していただくよう心がけ、離床もご本人に負担にならないよう行っている。
- 現在も、定期薬の下剤とファイバーを継続している。

14

スムーズな排便への促し

Stage 5 : S A 様 (女性)

- 車椅子 (自力移動)
日中トイレ誘導
リハパン
- 定期に服用している下剤なし

15

スムーズな排便への促し

- 排便時、便が硬く腹圧をかけてもなかなかできない時があり、S A 様も不快に思われ**不穏**になる。
- 便を軟らかくして、スムーズな排便ができれば良いと思い試してみる。
- おやつ時に、牛乳を飲んだ日などスムーズな排便があるので、**牛乳+ファイバー**を毎日摂取していただく。

16

スムーズな排便への促し

- 毎日ではないが有形便の排便がみられる。
- ご本人もスムーズな排便があった際には「あれ～」と驚かれた表情を見せ、自らの便の大きさを手で「これ位だったよ」と話される。
- また、**バナナ一本の便**を他のスタッフにも見て欲しくて、スタッフを呼んで「**わあ～良かったね**」と、スタッフ全員で排便のあったことを、S A 様とともに笑顔で喜べる日が多くなった。

17

スムーズな排便への促し

Stage 6 : K T 様 (女性)

- 車椅子、オムツ対応
- 定期に服用している下剤
(朝：酸化マグネシウム、アローゼン 1 包)
(昼：酸化マグネシウム、アローゼン 1 包)
(夕：酸化マグネシウム、アローゼン 2 包)

18

スムーズな排便への促し

- ファイバー開始 3 日後、9 日間**夜間に水様便が続いた**。以後 4 日間、**毎食後の下剤を中止しファイバーのみ**としたが、排便(-)が 4 日間続いたので再び定期の下剤を服薬する。(酸化マグネシウムのみ)
- 三ヶ月間の排便状況は、**朝・昼の下剤中止**をすることが多くなった。

スムーズな排便への促し

- フロア移動あり、環境の変化が排便にも影響があったと思われます。
- 水様便多量がつづき、KT様は**排便があったことに不快感**があり、その為に不穏となり、職員はオムツ交換時の**負担**となっていた。

スムーズな排便への促し

- 現在は、食後の定期薬の**アローゼンとファイバー**の調整により、軟便になってきた。
- それにより、KT様の不快感がやわらぎ**笑顔がみられるようになった**。
- また、KT様同様、職員にも喜びと笑顔が多くなり、オムツ交換時の**ストレスの減少**につながってきている。

スムーズな排便への促し

Stage6 : まとめ

- ファイバーを使用しても、人によっては排便状況に変化がない方もいる。
- ファイバーで効果のある方については、**水分補給を十分に行い、離床もご本人の負担にならないように行う**と共に、これからも継続していき、下剤に頼らない**スムーズな排便**を促していきたい。

スムーズな排便への促し

- また、**下剤に頼らない排便『バナナ1本の便』**を目標にこれからも続けていきたい。
- スタート時は4名の利用者様だったが、10名の方にファイバーを使用するようになりました。
- しかし！！ **結果がでないまま終了**してしまった方もおりました。

スムーズな排便への促し


- 現在、スタート時の方を含め、7名の方にファイバーを使用しています。
- その中には下剤の中止など、**自然排便**につながれるのではないかと・・・と思われる利用者様が3名もおり、ますます、**やる気が出てきている**。
苦痛のない、スムーズな排便！！
- 私達のフロアでの**チャレンジ**が、他のフロアへも勧め、**ファイバー摂取！**

自然排便のチャレンジが始まっています

スムーズな排便への促し

- **施設全体でのチャレンジ**へと変わっていき、今以上に利用者様の排便が、職員ひとり一人の喜びになり、毎日「うんち」の話で**盛り上がり、共感し合いたい**と思います。
- そして、**その人らしく暮らしていただく**ことが、職員の思いです。

最後に

- 利用者様の笑顔と
 - 職員の笑顔が溢れるよう
- 
- 『バナナ1本』の便を目標に頑張っていきたいと思います。

ご清聴ありがとうございました。