

排泄用品を選ぶ前に

排泄ケアの重要性

老廃物の排出
生命に影響

個人の尊厳（下の世話）
本人の生活意欲に影響
介助者の精神負担大



身体の状態とトイレ環境整備の段階

1 自宅のトイレ

まずは、トイレでの排泄を続けられるように環境を整えることが大切です

トイレまでの動線

- トイレと寝室を同じ階にする
- トイレに近い部屋に寝室を移動する
- トイレと寝室の動線に手すりを設置する

和式トイレを洋式トイレに置くだけ和式トイレが立ち上がりやすい洋式トイレにできます

洋式トイレをより使いやすく

テーブルや手すり、補高便座で立ち座りを補助できます。P.69~75

洋式トイレ用スライド手すり

温水洗浄補高便座α

次のような場合はポータブルトイレを考えましょう

夜間など介護者が付き添えず、ひとりでトイレに行けない

最初は夜間のみ使用するなど、自宅トイレとの併用を考えます



座位排泄の意義

排泄に必要な機能が維持され、排泄もしやすい



姿勢保持に筋力を使うことで、頭がはっきりとする
排泄に大切な筋力の低下を抑制できる
尿管・直腸が下を向き、重力も活かせる

排泄がしやすくなることによる効果
●尿路感染症になりにくい
●便秘になりにくい（便秘になると食欲にも影響）

(参考) 座位で機能低下抑制できること
・心拍機能・血圧調整機能・床ずれ・骨密度・関節拘縮・生活意欲・認知力

3 ポータブルトイレを使用

臥位排泄*はデメリットがいっぱい



①寝た状態では腹圧、重力が掛かりにくく、尿・便が出にくく、尿路感染症や便秘を招きやすくなります
②オムツ内に排泄することで、
・個人の尊厳が損なわれ、生活意欲を低下します
・尿便意が失われたり、認知症の発症・進行を招くこともあります

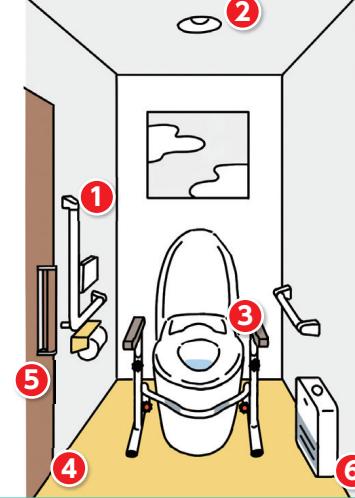
トイレ環境整備例

① 手すり

身体を支えるための横手すり、前方に縦手すりを設けると立ち上がりがラクになります



P.67
※移乗負担を軽減し、前傾姿勢を支える面タイプの手すりもあります



② センサー付トイレ用照明器具

自動ON/OFFで操作負担を軽減、消し忘れも防げます

③ 洋風便座

洋式は和式に比べ、立ち座りがラクです。
和式トイレにかぶせるだけで洋式トイレにできます



④ トイレ暖房・脱臭器

冬でも暖かく、ニオイも抑えるので快適です

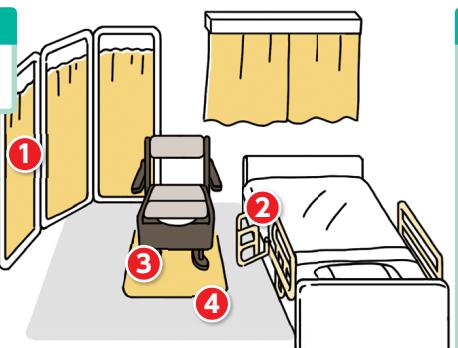
⑤ 引き戸

部屋の中で倒れても扉が開けられるように、引き戸か外開きのドアにします
有効開口800mm以上 車いすが入りしやすいスペースを確保します

ポータブルトイレ使用環境整備例

① 間仕切り・カーテン

ご利用者の尊厳・プライバシーを守ります



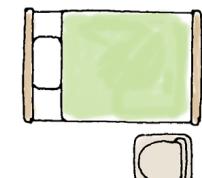
② 手すり

移乗や立ち座りをサポートします



ポータブルトイレの位置

(例) ベッドサイドの足側



ベッドに横付けすると移乗しやすくなります

③ ポータブルトイレ

居室で使う簡易トイレです。
将来的に介護度が高くなつたときの動作・対応も含めて選定することが大切です



④ 消臭・防水シート

ポータブルトイレまわりの尿こぼれを防ぎ、消臭します



ポータブルトイレの選び方

トイレが近くにあるので、利用者は安心して利用でき、介助者は介護負担の軽減につながります

ポータブルトイレを利用すれば、安心がいっぱい！

ポータブルトイレを利用すると、トイレが近くにあるので、トイレまでの移動の際の転倒などの事故を予防することができます。また、自力で排泄することにより、介助者への気兼ねも少なく、生きる意欲や生活の質全体を高めることも期待できます。



ポータブルトイレで期待できる導入効果

- 転倒によるケガ・骨折を予防できる
- 移動においての介助負担を軽減できる
- 自立での排泄が可能になり、介助者の気兼ねが減り、ご本人の生活意欲も向上できる
- 冬場に廊下に出る際の急激な温度差による心臓への負担を軽減できる
- 失禁を防止し、後処理の負担を軽減できる
- 見えるところにトイレがあるので、急な尿意でも安心感がある
- トイレが近くにある安心感から、水分をこまめに摂れるようになる



**ポータブルトイレは種類が多い!!
何を基準に選んだらいいの?**

「今」だけでなく「将来」もふまえて選びましょう!



ポータブルトイレには
プラスチック製と家具調があります

特長を動画で
確認することができます。

プラスチック製

軽くて
持ち運びがラク!
まるごと洗えて
お手入れが簡単!



家具調

部屋になじんで
家具に見える!
重量があり、
安定感がある



安全に使用するための3つのチェックPOINT!

POINT. 1 座面の高さ

基本は座ったときの
ひざ下の長さがポイント!



座面の高さ

基本の高さは膝を直角に曲げた状態で、足裏全体が床につくようにしましょう

座面が高い場合

座面の高さが高いと立ち上がりやすくなりません。高すぎると、排泄がしにくくなります

座面が低い場合

床に敷いた布団からの移乗がしやすいです。低すぎると、トイレから立ち上がりにくくなります

POINT. 2 ひじ掛け

姿勢保持と動きやすさの両立がポイント!



内寸
ギュウ
ギュウ

内寸が狭い場合
座ったときの姿勢が保ちやすいが、狭すぎる
と脱衣の動作がしづらくなります

内寸が広い場合
動作がしやすくなるが、姿勢を保ちづらい場合も

ひじ掛けの高さ調整

座る時、姿勢を保つことを重視するなら、高め。立ち上がりを重視するなら低めに設定します

POINT. 3 移乗のしやすさ

ひじ掛け機能で選ぶことがポイント!



はね上げタイプ
主に介助により移乗する方向け
ひじ掛けが上がり、ひろびろ
スペース
一人でひじ掛けを使いつらい

昇降タイプ
主に自分で移乗する方向け
下げるひじ
掛けが、
移乗後
自分で
戻しやすい

ご利用者に合わせた便座選びが快適につながります

標準便座（プラスチック）

体圧分散性に配慮
使いやすい便座の基本形



ソフト便座 やわらかな座りごこち

●お尻の肉が痩せている方
●長時間便座に座る方



長穴便座 排尿や拭き取りがしやすい

●男性で座って排尿する方
●小柄な女性で奥まで座れない方



あたたか便座 あたたかい座りごこち

●高血圧の方
●心臓が弱い方
●脳卒中の既往歴がある方

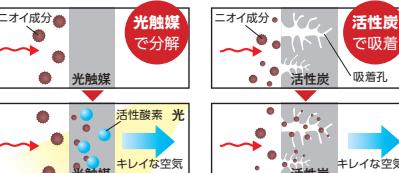


ポータブルトイレには便利な機能がいっぱい!

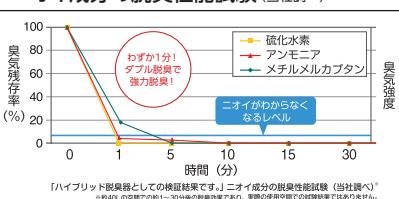
脱臭機能付が選べます！

**わずか1分! W脱臭で
気になるニオイを強力脱臭!**

●ダブル脱臭構造



●ニオイ成分の脱臭性能試験 (当社調べ)



●センサーで自動ON・OFF

(OFFの時間は、便座から立ちあがり後、15分、60分のいずれかを選べます)

温水洗浄機能が便利！

**便秘がち、手にマヒがある方には
洗浄タイプがおすすめ！**

こんな方におすすめ！

- 手にマヒがあって拭き取りしにくい方
- 腸の働きが弱くなったのか、便秘がちの方
- 排泄後の拭き取りが困難な方
- 入浴できない日でも陰部の清潔を保ちたい方
- 水流で肛門部を刺激して便意を促したい方
- 痔や膀胱炎の既往症がある方



他にもこんな機能があれば便利！



ペーパーホルダー
片手で切れるタイプ

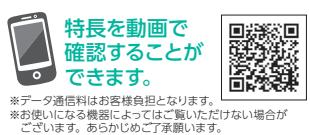


後方介助スペース
お尻の傷の観察や
塗薬などに便利です



お手入れのしやすさ
分解・脱着しやすい構
造になっているとお手
入れが楽に行えます
お手入れ方法は
P.76をご参照ください

ポータブルトイレの使用方法



移乗のしかた

自立



- ひじ掛けや背もたれに力を掛けすぎない（転倒する危険性があります）

介助



- 移乗時に身体をぶつけないよう要注意

ひじ掛け可動タイプがおすすめ



ひとりで移るなら昇降タイプ



据置手すりと併用すると便利



排泄のしかた

座位保持



- POINT**
座面高さは
ひざ下の長さと同等以上
(低いと立ちづらくなります)

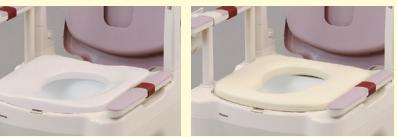
- 足裏はしっかりと床面につける

排泄姿勢



- 排泄しやすい前かがみ姿勢が取れるようにする
- 身体状況に応じて、座面の前傾・後傾も有効

毎日座る便座は快適に



●標準便座

体圧分散性に配慮

●ソフト便座

やわらかな座りごこち



●長穴便座

排尿や拭き取りがしやすい



●あたたか便座

あたたかい座りごこち

前傾・後傾座面の効果と注意点

●前傾座面

効 果：前傾しやすく、立ちやすい
注意点：前すべりする方には不向き

●後傾座面

効 果：前すべりを軽減しながら腹圧が掛けられる
注意点：立ちあがりがしづらくなる

拭き取りのしかた

自立



POINT

手をまわせる隙間が必要

- 自分で紙が切れない場合は、事前に用意しておく
- 身体を傾けお尻に手をまわせるスペースが必要

介助



POINT

手をまわせる隙間が必要

- 拭き取りしやすいひじ掛け可動タイプがおすすめ
(横から手を入れて動作しやすいです)

ペーパーハンガー／ホルダー



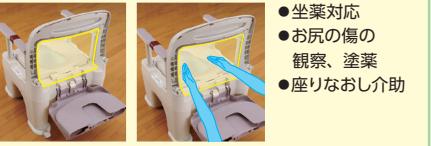
- 可動式のハンガータイプ
- 片手で切れるホルダータイプ

洗浄・乾燥機能



- 陰部の清潔保持
- 拭き取り負担の軽減
- 便意の促進

後方介助スペース



- 坐薬対応
- お尻の傷の観察、塗薬
- 座りなおし介助

後処理のしかた

臭い対策



- ポットには事前に約5cm 水をはっておく
- 消臭液や消臭フォームを併用すると便利

廃棄



- はっ水剤入りのポットや消臭剤入りのポット、水をまわして流しやすい「まあーるいパケツ」もあります
- 処理袋を熱圧着して廃棄することができ、排泄物がこぼれることや臭い漏れを防ぎます

外して洗える防汚トレイ



- ポット（バケツ）まわりの尿の飛び散りにも備えた2重構造

キャスター



- 掃除など、居室内での簡単な移動に便利（長距離移動には向きません）