

# 介護のための 排尿ケア入門



# 介護のための 排尿ケア入門

監修 上田朋宏

編集 ユニ・チャーム株式会社 排泄ケア研究所

NPO法人

快適な排尿をめざす全国ネットの会

監修  
編集

上田朋宏

ユニ・チャーム株式会社 排泄ケア研究所  
NPO法人 快適な排尿をめざす全国ネットの会








## 血尿スケール

### 血尿とは

血尿とは、尿に赤血球が混入した状態であり、腎・泌尿器系の疾患の診断・治療のための重要な症状です。血液中の赤血球の含有量（ヘマトクリット：Ht）によって、以下の5段階に区別されます。

### 血尿スケール

I	Ht 0.1%		うすいピンク色
II	Ht 0.25%		透明な赤色
III	Ht 0.5%		うすい赤色
IV	Ht 1%		濃い赤色
V	Ht 5%		ほぼ血液

※肉眼で血尿が認められる場合、医療機関を受診しましょう。

 詳細は44ページへ

世界一の長寿国の日本は、世界でも経験したことのないスピードで高齢化がこれから30年にわたって続くと推定されています。特にそのピークである2025年（団塊の世代が後期高齢者になる）までに適切な医療介護体制を構築するのは急務です。現在、中高年齢者に対する認知症や糖尿病を中心に市民レベルでのセミナーなどの開催を通じて介護予防をはかっていますが、排尿ケアに関しては、現時点での実情や医療介入支援に関する実際の効果の評価に関するエビデンス（科学的評価の裏づけ）がないのが現状です。

今回、このような環境で、排尿ケアの入門書が完成しました。本書の特徴は、排尿ケアの指南について介護職と看護職のエキスパートを著者にお迎えし、介護に必要な基礎知識と、排尿ケアに必要なスキルをわかりやすく、図とともに解説したところにあります。難解で高度な医学情報を提示するのではなく、わかりやすく排尿ケアを介護現場で実践するための「引き出し」を増やすことを目的に書かれています。そのため看護職が介護職と協働で排尿ケアに取り組むときに、共通言語でお互いの取り組みを補てんする役目ももっています。多職種協働が不可欠な排尿ケアの現場で大変役に立つ指南書になると確信しています。

本書とともに世界一の長寿国の排尿ケアに取り組みましょう。

2014年6月

泌尿器科上田クリニック院長

NPO法人快適な排尿をめざす全国ネットの会  
上田 朋宏

排泄障害は、高齢者の生活活動を制限し、社会参加の機会を制約します。QOLに影響する代表的な疾患といえます。

そして、その発症率は、加齢に伴って高まってきます。

今、高齢者介護の現場では、排泄ケアの重要性が再認識されてきています。高齢者の日常生活を支援するうえで、排泄障害のアセスメントと自立排泄に向けた援助技術が欠かせません。

大切なのは、介護に携わる人たちが、自立した排泄が高齢者の生活を支える原点である、という理念を共有することであり、そのための具体的で、継続可能なケアプランを作成し、実践と評価を繰り返していく経験から、包括的な排泄ケアマネジメントの技術を磨いていくことだと思えます。

本書では、排尿ケアの目的や目標、排尿のメカニズム、排尿障害の症状、また、ケアの実践に役立つおむつや道具に関して、簡潔にわかりやすく説明しています。排尿ケアのプランニング、ケアの実践、そして評価の過程で、手引き書として活用いただければ幸いです。

2014年6月

ユニ・チャーム株式会社 排泄ケア研究所  
船津 良夫

監修のことば	3
はじめに	4
<b>Chapter 1</b> ▶ 排尿ケアってどんなこと?	
<b>1</b> 排尿障害とは何か	
排尿障害とは何か	10
排泄ケアの目的と定義	13
排泄ケアの3原則	14
<b>2</b> 排尿障害への支援	
自立排泄支援のためのアセスメント	16
自立排泄に向けたアプローチ	18
自立排泄のかたち	21
専門職による支援のあり方	22
<b>Chapter 2</b> ▶ 排尿の知識を深めよう	
<b>1</b> 解剖生理	
腎臓	24
腎臓が悪くなるとどうなるか（腎不全）	26
尿管	29
膀胱	30
前立腺	32
尿道	34
骨盤底筋群	36
男性と女性の違い	37
<b>2</b> 排泄の知識	
排尿のメカニズム	38
正常な排尿	40
排尿しやすい姿勢	41
<b>3</b> 排尿障害	
排尿障害の考え方	42

血尿	44
腹圧性尿失禁	46
切迫性尿失禁	48
溢流性尿失禁	50
機能性尿失禁	52
過活動膀胱 (OAB)	54
頻尿	58
夜間頻尿	60
夜間多尿	64
尿閉	66
残尿	68
神経因性膀胱	70
骨盤臓器脱	72
前立腺肥大症	76
膀胱炎	80
間質性膀胱炎	82

### Chapter 3 排尿を支える道具の知識

1 紙おむつ	
紙おむつの種類	86
紙おむつの子カラ	88
紙おむつは諸刃の剣	90
紙おむつ使用とおむつはずしの定義	91
排泄障害の進行と下着・紙おむつの選び方	93
紙おむつを使った排泄ケア業務の見直し	94
2 ポータブルトイレ	
ポータブルトイレの使い方	96
ポータブルトイレ選びのポイント	98
3 集尿器	
尿意のある方が使う集尿器	99

尿意のない方が使う集尿器	100
コンドーム式集尿器	101
4 その他の道具	
尿器	102
残尿測定器	104
フェミクッション	107

### Chapter 4 排尿を支えるケア

1 トイレでの排尿	
トイレで排泄することの意義	110
排尿誘導	112
おむつ交換の場所	114
2 ポータブルトイレへの移乗	
ポータブルトイレへの移乗	115
3 おむつ交換	
つかまり立ちのできる利用者のリハビリパンツとパッドの交換	117
ベッド上でのリハビリパンツとパッドの交換	119
ベッド上、臥位でのテープ止めタイプとパッドの交換	122
もれの原因と対策	126
排泄時の体位に合わせたおむつのあて方	128
4 おむつ装着部位のスキントラブルとケア	
高齢者の皮膚の特徴	130
おむつ内排泄で起こるスキントラブル	131
尿・便失禁による皮膚障害	132
おしりまわりの皮膚観察	133
発疹の種類と特徴	135
陰部洗浄	138
5 おむつ交換における感染予防対策	
感染症の基礎知識	140
おむつ交換で注意すること	144

グローブ（手袋）の使い方	149
<b>6 導尿</b>	
尿道留置カテーテル管理	154
導尿・自己導尿	159
<b>7 チームケア</b>	
チームケアの必要性	161

**Chapter 5** 観察力をつけよう

<b>1 排泄時の観察</b>	
尿の色・におい	164
トイレが近い	166
トイレで排尿しない	167
トイレまで間に合わない	168
紫色尿バッグ症候群	170
<b>2 薬の影響</b>	
知っておきたいおしっこの薬	173
<b>3 排尿日誌</b>	
排尿日誌を活用する	175

**Chapter 6** 日常生活の留意点

<b>1 水分摂取</b>	
水分摂取	184
<b>2 排尿に関するトレーニング</b>	
トイレを我慢するしくみ	185
骨盤底の位置と動き	187
骨盤底トレーニング（骨盤底筋体操）	190
膀胱トレーニング（膀胱訓練）	196
おわりに	199
監修・著者紹介	

**Chapter 1**

**排尿ケアってどんなこと？**



監修

上田朋宏 (うえだ・ともひろ)

泌尿器科 上田クリニック 院長

NPO 法人快適な排尿をめざす全国ネットの会理事長、京都府医師会理事、医学博士 (京都大学)。洛和会音羽病院、財団法人癌研究会附属病院、公立甲賀病院、京都市立病院等を経て、2012 年、泌尿器科上田クリニックを開設。間質性膀胱炎の認知度を高めるため、国際会議を開催する等、排泄の問題に悩む患者の QOL を高めるための活動に精力的に取り組む。

著者

船津良夫 (ふなつ・よしお)

Chapter 1、3-1~3、4-1~5、6

ユニ・チャーム株式会社 排泄ケア研究所 主席研究員

1996 年より排泄ケア研究所に所属。製品開発の基礎研究として、高齢者の排泄障害、ケアの実態を、全国の施設、病院で、調査研究。アウターとインナーの組み合わせ、パッドの使い分けによる個別ケア、リハビリパンツによる自立排泄支援を提唱。また、子どものトイレトレーニング、女性の尿もれ、高齢者の排泄ケアに関する Web サイトの制作、編集を担当。福井大学医学部非常勤講師。陝西省工運学院介護学部客員教授。社会福祉士、介護福祉士。

山口昌子 (やまぐち・まさこ)

Chapter 2、3-3 (コンドーム式集尿器)、3-4、4-6~7、5

長浜赤十字病院 看護師、NPO 法人快適な排尿をめざす全国ネットの会理事

大同病院、福井国立療養所 (消化器内科、外科、整形外科、小児科病棟) での勤務を経て、1994 年より長浜赤十字病院にて勤務 (救急病棟、泌尿器科外来、脳神経外科、婦人科病棟)。

資格として、排尿機能検査士、自己導尿指導認定士、おむつフィッター 排泄電話相談員、偉大なるお節介症候群認定。

## 介護のための排尿ケア入門

2014年7月25日 発行

監修 上田朋宏

編集 ユニ・チャーム株式会社 排泄ケア研究所  
NPO法人快適な排尿をめざす全国ネットの会

著者 船津良夫・山口昌子

発行者 荏村明彦

発行所 中央法規出版株式会社  
〒110-0016 東京都台東区台東3-29-1 中央法規ビル  
営業 TEL 03-3834-5817 FAX 03-3837-8037  
書店窓口 TEL 03-3834-5815 FAX 03-3837-8035  
編集 TEL 03-3834-5812 FAX 03-3837-8032  
<http://www.chuohoki.co.jp/>  
reader@chuohoki.co.jp

装丁・本文デザイン 大下賢一郎

カバー・本文イラスト 藤田侑巳

印刷・製本 株式会社大洋社

ISBN978-4-8058-5052-7

定価はカバーに表示してあります。

本書のコピー、スキャン、デジタル化等の無断複製は、著作権法上での例外を除き禁じられています。また、本書を代行業者等の第三者に依頼してコピー、スキャン、デジタル化することは、たとえ個人や家庭内での利用であっても著作権法違反です。

落丁本・乱丁本はお取り替えいたします。