

自然排便を目指して

～職員の意識改革～

リハビリタウンくじ

看護師 ○畑中桃子 介護福祉士 野田順子

○はじめに

便秘症は加齢による身体機能の変化として挙げられ、我々が対応に難渋しているもののひとつである。便秘症には大きく分けて器質性便秘と、機能性便秘の2つがある。高齢者に多いのは後者であると言われているが、当施設においても例外ではなく、認知症専門棟40名中37名が前述した機能性便秘の症状であった。今回、自然排便を目指すことで、職員の意識に変化が生じた件を報告する。

○経緯

当施設では、無排便3日または4日目に医師の指示により下剤、浣腸を使用し、排便を促している状況である。便秘症への対策として食物・水分摂取量保持、適度な運動、口腔内の点検・受診を行っているが明確な効果は見られず、安易に下剤や浣腸を使用するのが職員間で常態化していた。下剤や浣腸を使用することが最善の策なのか、利用者様の身体的あるいは精神的負担になっていないのか疑問を持ち始めていた。

食物繊維と自然排便に関する研修会に参加し、下剤連用による大腸へのリスク、弊害について学び、大きな衝撃を受けた。今まで排便コントロールについて知ってはいたが、それほど問題視しておらず、当施設でも具体的な取り組みを行ってこなかった。

便秘症による利用者様の苦痛を取り除きたいと使用していた下剤や浣腸による排便ケアが実は腹痛の発生や、下痢便による皮膚炎、正常な大腸の働きを妨げ免疫力低下に繋がり、結果利用者様の苦痛へ結びついたのである。今まで我々が行っていた排便ケアの状況をフロア内で共有し、問題意識を持つことから、当施設の排便ケアの見直しに取り掛かった。医師、管理栄養士と相談を行い、取り組み内容を決定し開始した。

事例 K氏 79歳 女性 要介護4 障害老人生活自立度C-1 認知症自立度IIb

主病名：脳梗塞後遺症左片麻痺（平成26年2月、平成29年4月）

ADL：食事摂取自立 食事形態 軟飯 刻み 排泄全介助オムツ使用

車椅子自操可 コミュニケーション可

- 取り組み内容
- ・起床時に水溶性食物繊維を麦茶に混ぜて服用する。
 - ・1日1,500ccの水分摂取量を確保する。
 - ・毎朝ヨーグルトを提供する。
 - ・排泄援助時に腹部マッサージを行う。
 - ・トイレ排泄を目標に掲げ筋力アップのため車椅子の自操をする。
 - ・野菜摂取の促しをする。

取り組み期間：平成29年2月7日～

○結果

ユニット内でミーティングやノートを活用し職員間で意識統一したケアを提供しているが、下剤を全く使用しない状況は作りだせていない。入院のため取り組みが中断されたこと、まだ取り組み期間が短いためであると考えられる。しかし、各職員が自然排便について取り組みのアイデアを出し合い、自然排便に関する必要なケアを見つけるために個々の利用者様にしっかり向き合うことで変化が生じている。また、利用者様からは以前より「便が柔らかくなりラクになった」と感想があり、苦手な野菜を自発的に口にする行動や、車椅子の自操距離を延ばす等ご本人様の心にも変化が生まれているのを感じる。

今回の取り組みを継続することで、腸内環境の改善、免疫力向上、腸の働きが活発になる等、本来持っている身体機能の向上に繋がると期待している。

○まとめ

従前からのケアに疑問を持たず、下剤を使用したケアが常態化していた職員が、下剤等の薬物に頼らずにどうすれば自然排便を促すことができるようになるのか、ユニットミーティングで話し合い、施設全体で勉強会を行うために外部講師へ依頼するなど、少しずつであるが意識改革が進んでいる印象がある。

今回、職員が改めて自然排便の大切さに気付き、自発的に学び向き合おうとする姿勢が何よりの成果であったと考える。今後も施設をあげて、取り組みを継続していきたい。