

H25. 6. 1

# 排泄最優先の原則



**長尾和宏** (ながお・かずひろ)  
東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。平成7年、尼崎市で「長尾クリニック」を開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る、総合診療を目指す。医学博士。近著「平穏死・10の条件」「胃ろうと1つの選択、しない選択」はいずれもベストセラー。関西国際大学客員教授。54歳。

年とともに誰でもトイレが近くなります。とくに認知症が進むと、排尿回数やトイレにこもる時間が増えます。1日に30回くらいトイレと部屋を往復している方もいます。そのような人を見たとき、「また行くんですか?」とあきれはいけません。排泄介助を頼まれたとき、「忙しいからちょっと待って」と後回しにしたり、「そんなにすぐには出ませんよ」などと否定

## 「お漏らし」も自然な老化現象

したりするのも間違いです。タイミングを見計らい、上手にトイレに誘導しましょう。もし排泄を失敗したときに責めてはいけません。「お漏らし」も自然な老化現象なのです。お漏らしには3つの場合があります。まず尿意が分から

でも、叱ったり、文句を言ったりするのは逆効果です。トイレの場所を分かりやすくしたり、廊下の照明をつけておなどの工夫が大切。大きな字で「便所」とか「トイレ」と書いておくといいでしょ。

最も悪なのは、お漏らしが多いからと言って安易にオムツを当てることです。オムツを当てたら認知症がどんどん進みます。オムツを当てられた

め、叱ったり、文句を言ったりするのは逆効果です。トイレの場所を分かりやすくしたり、廊下の照明をつけておなどの工夫が大切。大きな字で「便所」とか「トイレ」と書いておくといいでしょ。私は在宅ホスピスに従事していますが、末期がんの人はよく亡くなる当日まで、時には亡くなる3分前まで自力で排尿しています。あるいは便器で用を足しながら旅立った人もおられました。排泄とは

ない場合。あと尿意が分かっていても、認知症でトイレの場所が分からない場合。一見、徘徊のように見えることがあります。スムーズな誘導を心掛けましょう。さらに尿道括約筋がゆるんでいる場合は、失禁。パンツやパッドの使用を試みます。本人のプライドを尊重する態度、さりげない援助が大切です。

汚れた下着を発見したときに、きつく問いただすのは間違いです。本人も既にショックを受けているのです。たとえ場所を構わず排泄する場合

本人は不快でたまりません。「本当かな?」と思われる人は、試しに一度自分にオムツをしてみましょう。ついでにそのままベッドの上で、排便や排尿を試みてくださ。おそろいでできないでしょう。ですから、たとえ頻回の排泄で介助に手間がかかっても、トイレで用を足すた



「認知症ケア」シリーズ⑩

**過活動膀胱** 尿意切迫感(突然強い尿意が起る)、頻尿、切迫性尿失禁(尿意を感じると我慢できずに、トイレに着くまでに漏らしてしまう)などの症状がある。「漏らすかもしれない」という不安から外出や人付き合いを避けることがある。800万人もの患者がいる。



人間の尊厳であると教えられました。ですから老衰や病気の終末期で体が衰弱したため排泄が上手にできなくなっても、できるだけ本人に心理的な負担をかけた工夫をしましょう。自力排泄の素晴らしさを、ぜひ知っておいてください。

ひようつい