

第7回T・TAK介護教室

テーマ： 着替えの仕方・オムツの替え方

～尿失禁（おもらし）について～

～在宅における排泄ケアについて～

看護部

大谷純子・長田千秋

今日の予定

1. 尿失禁（おもらし）について
2. 寝衣交換の仕方について
（片麻痺のある人の着替え方）
（着やすくするポイント）
3. 在宅における排泄ケアについて
（オムツのあて方）
（陰部洗浄の仕方）

1. 尿失禁（おもらし）について



2. 寝衣交換の仕方について



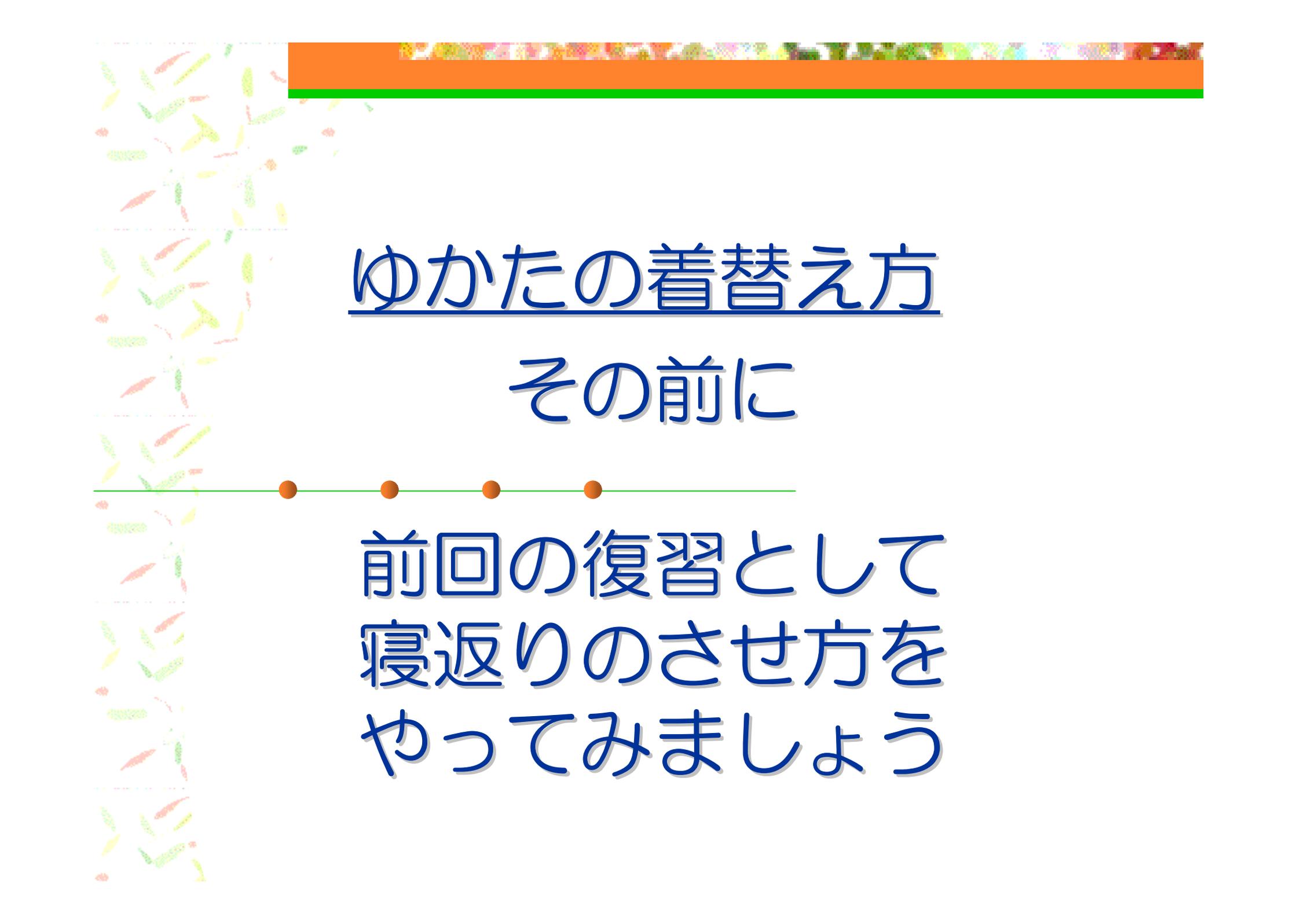


● 寝衣の選び方

- ① 通気性がよい
- ② 汗をよく吸い取る素材
- ③ 肌触りがよい
- ④ 着脱しやすい
- ⑤ 伸縮性のある素材
- ⑥ 縫い目や飾りが少ないもの

■ 寝衣の着替え方のポイント

- 前もって新しい着替えを用意して、手早く行いましょう。（脱がせ方）
- ゆかたでもパジャマでもマヒがある場合は、
 - 着せる時は、マヒ側から行う。
 - 脱がせる時は、健側から行う。



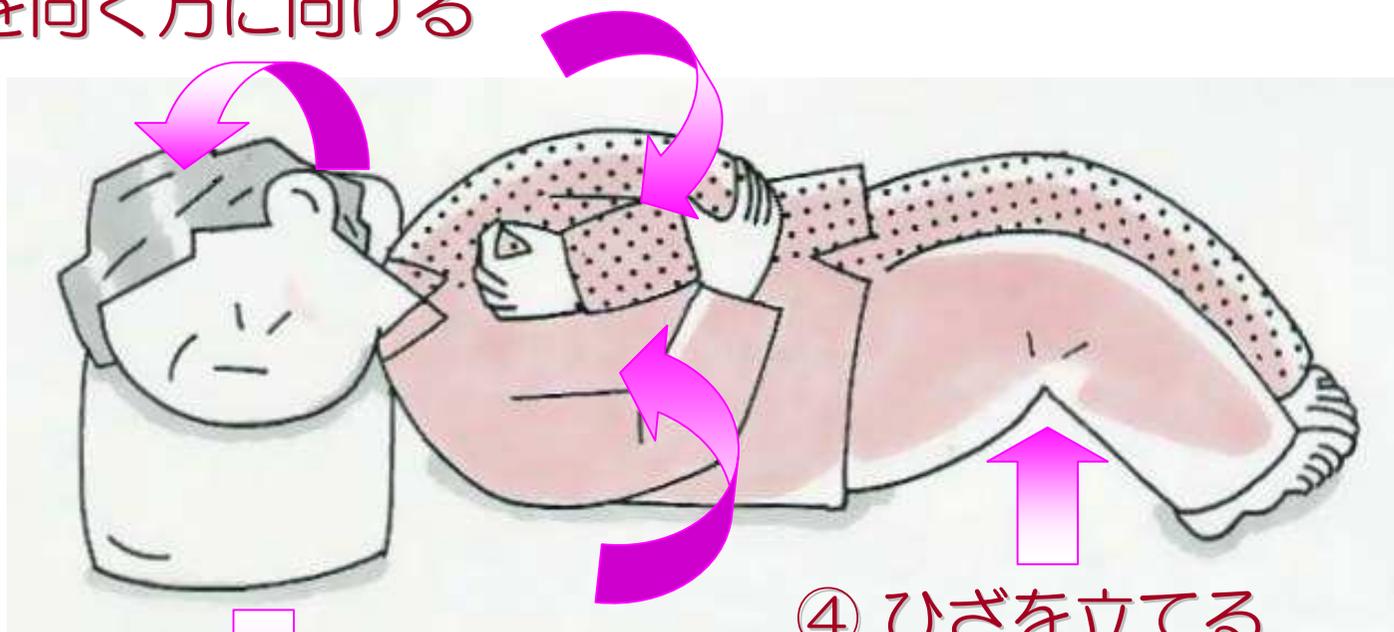
ゆかたの着替え方

その前に

前回の復習として
寝返りのさせ方を
やってみましょう

基本の姿勢

② 顔を向く方に向ける

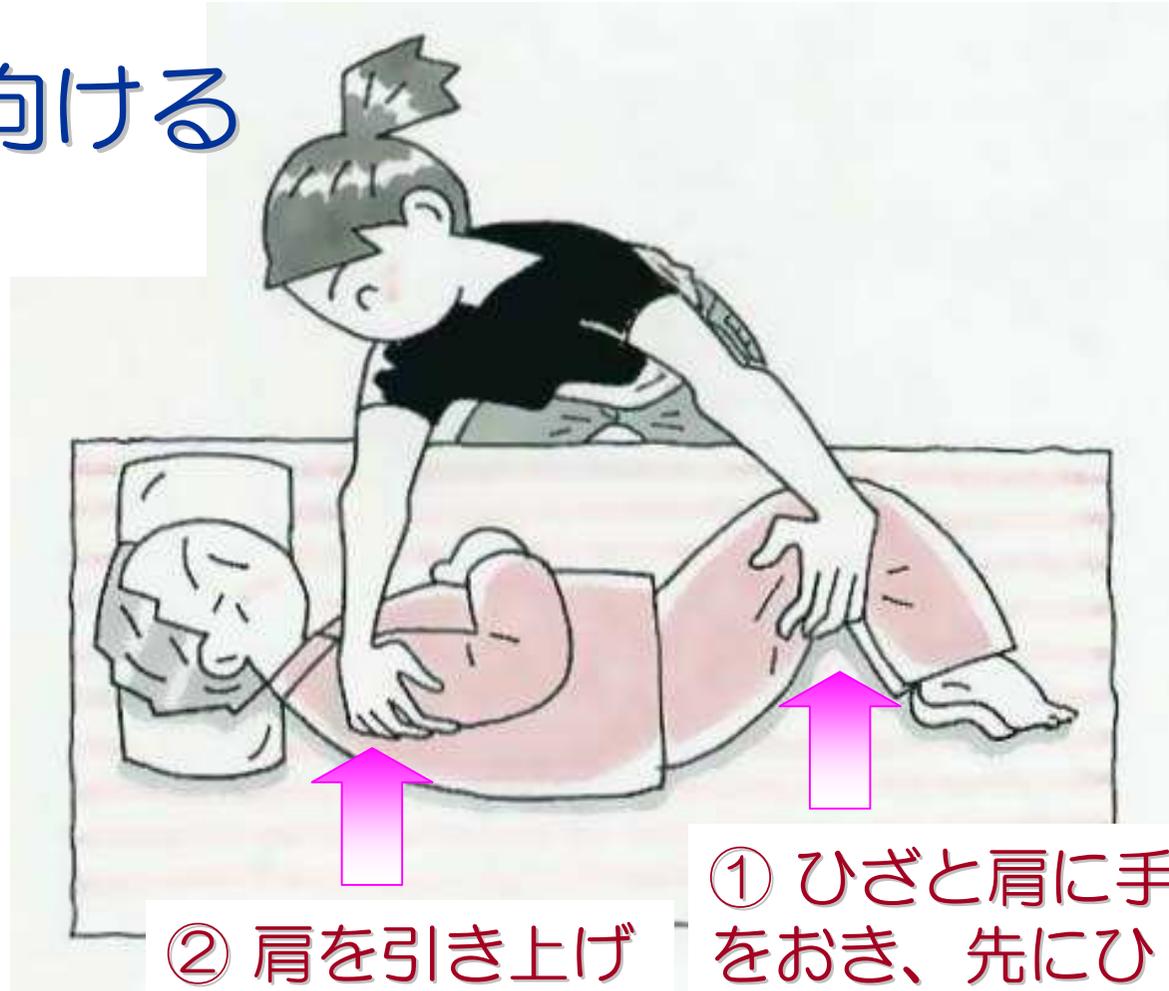


④ ひざを立てる

③ 両手を体にのせる

① マクラを向く方に寄せる

手前に向ける



② 肩を引き上げて横向きにする

① ひざと肩に手をおき、先にひざを手前に倒す

反対に向ける



② 肩を引き上げて向こうに押し、て横向きにする

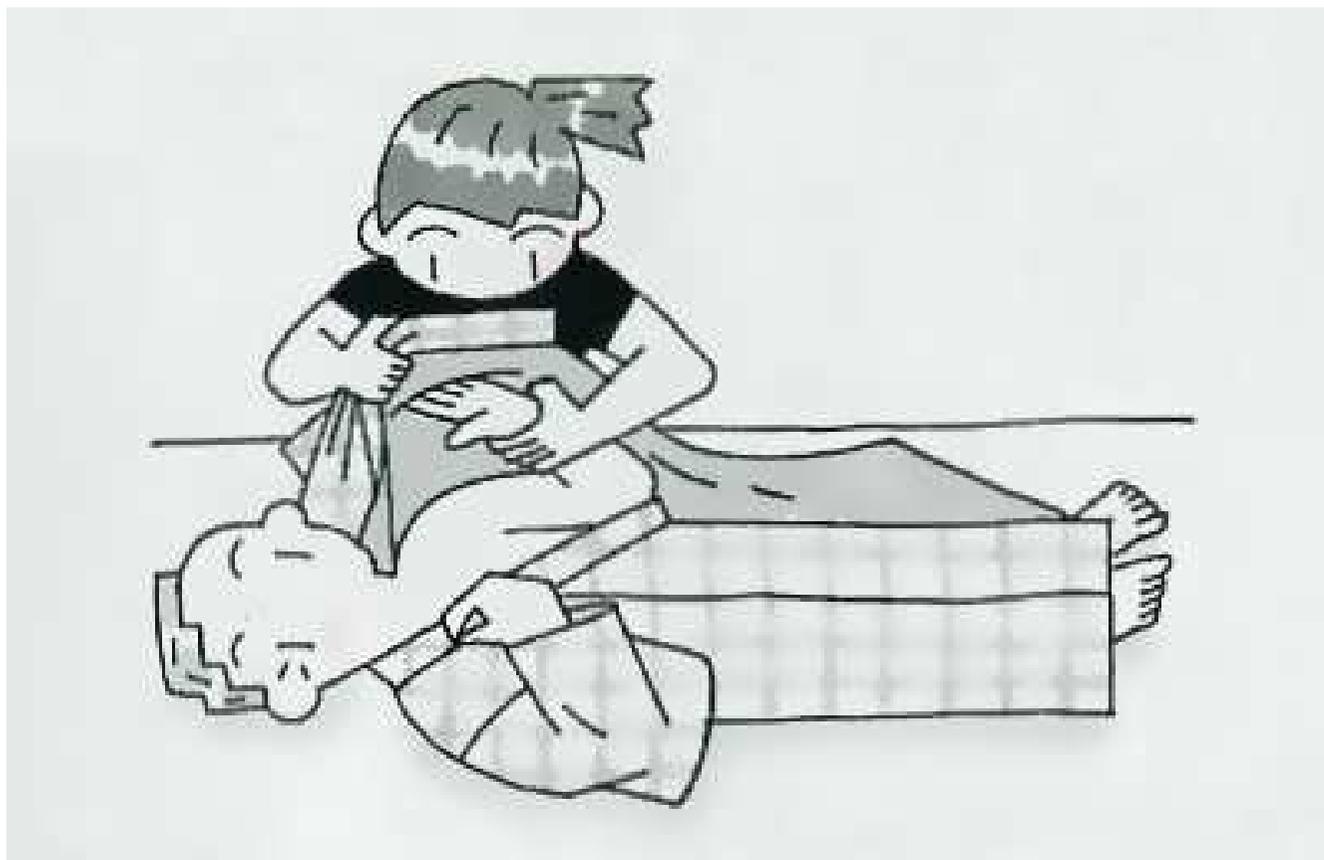
① ひざと肩に手をおき、先にひざを向こうに倒す



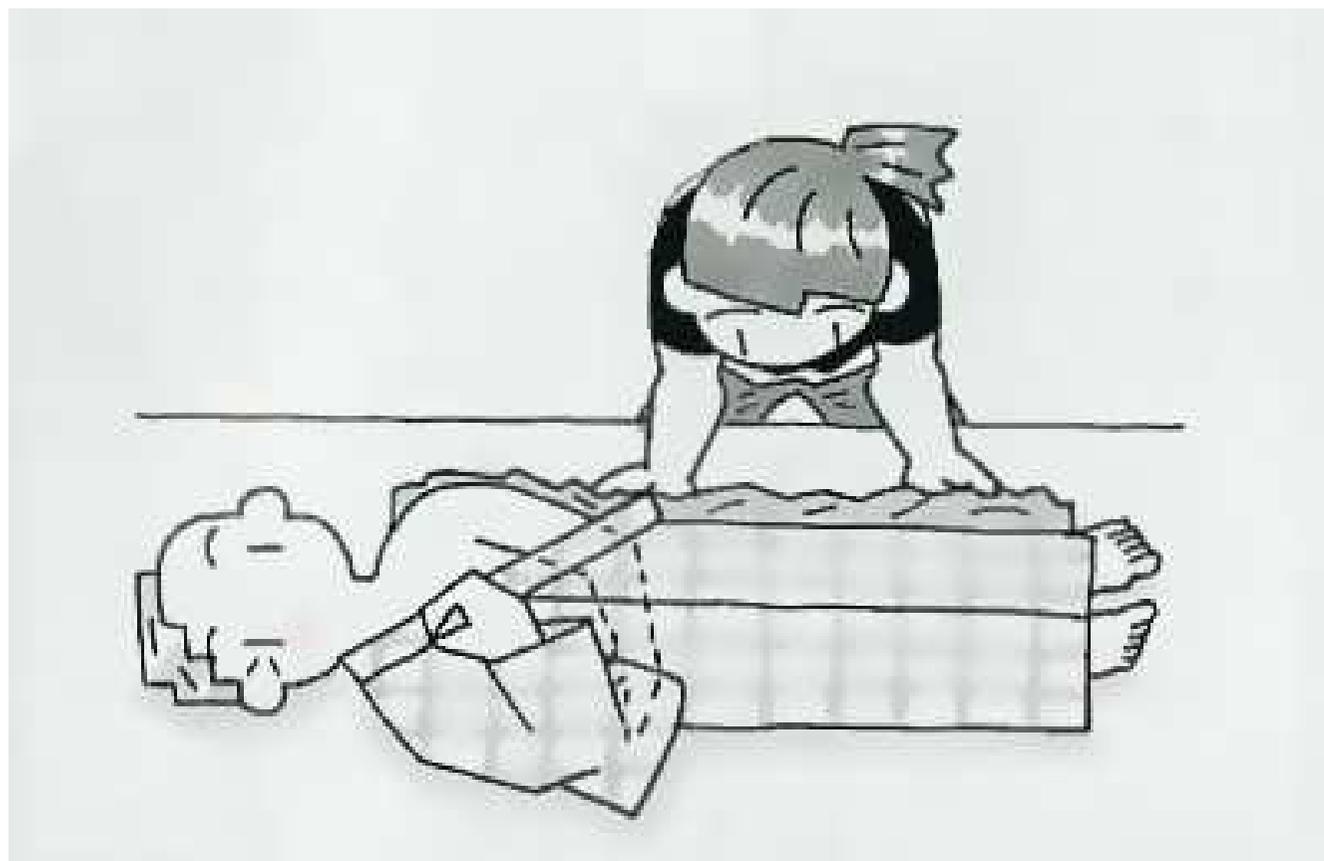
ゆかたの着替え方

(片マヒがある場合)

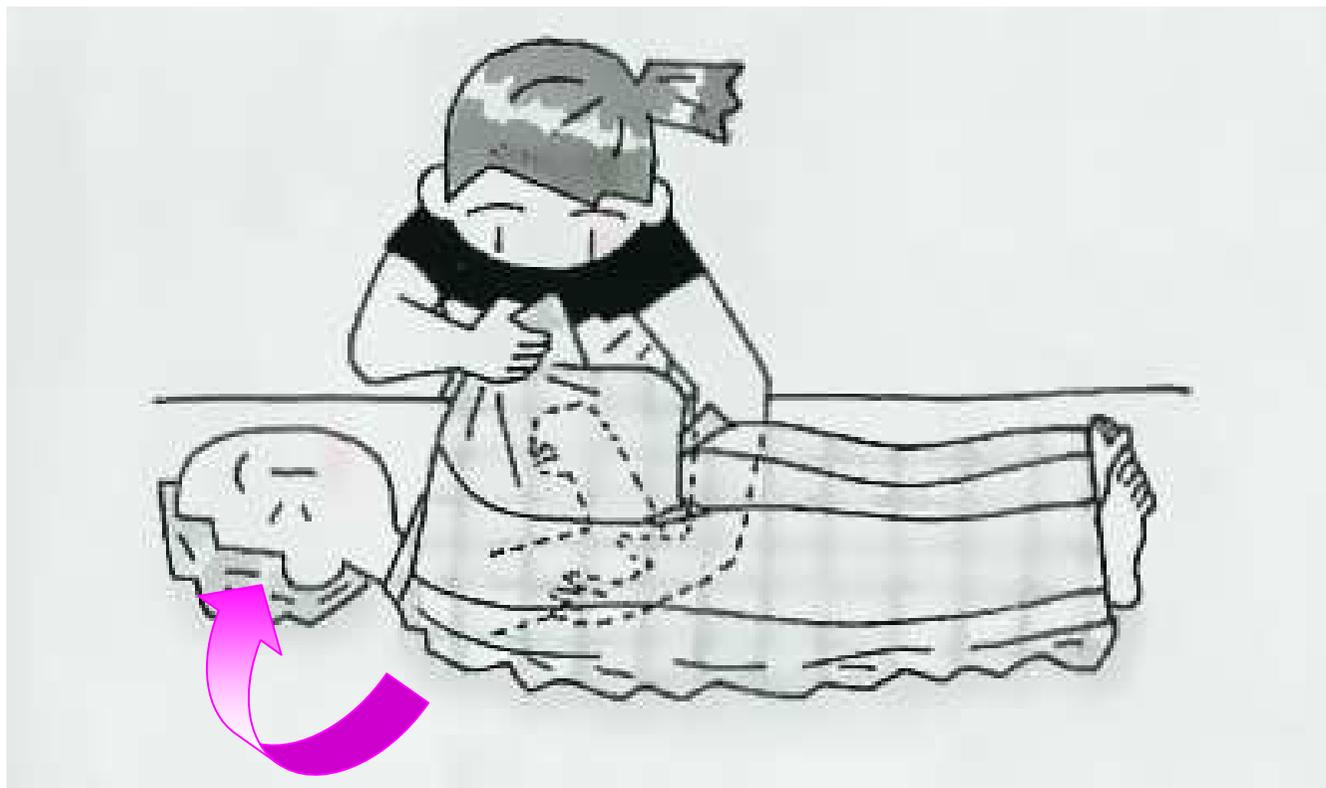
① 腰ひもをほどき、健側の袖を脱がせる。



② 体の下に古いゆかたを押し込む。



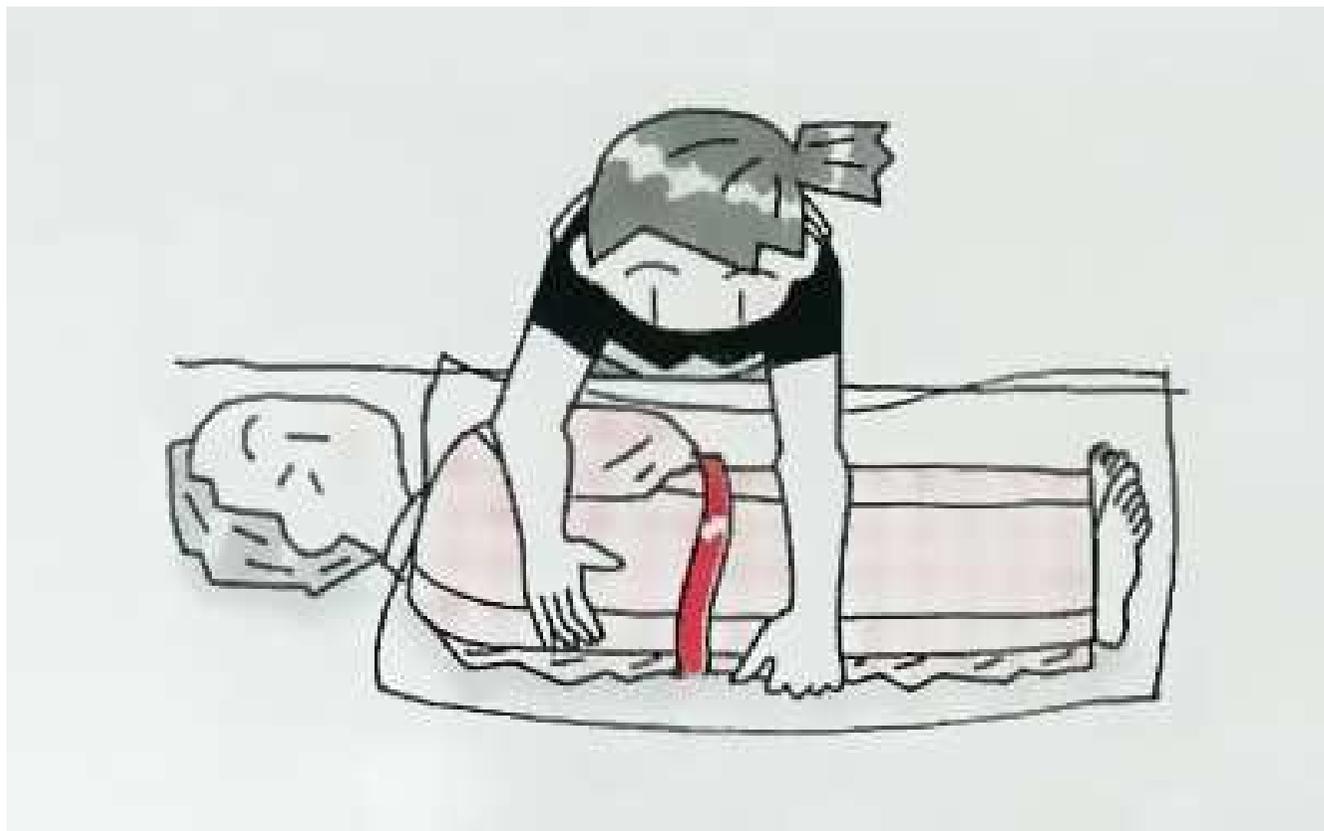
- ③ 横むきにしてマヒ側の手を上にして支えながら古いゆかたを脱がせる。



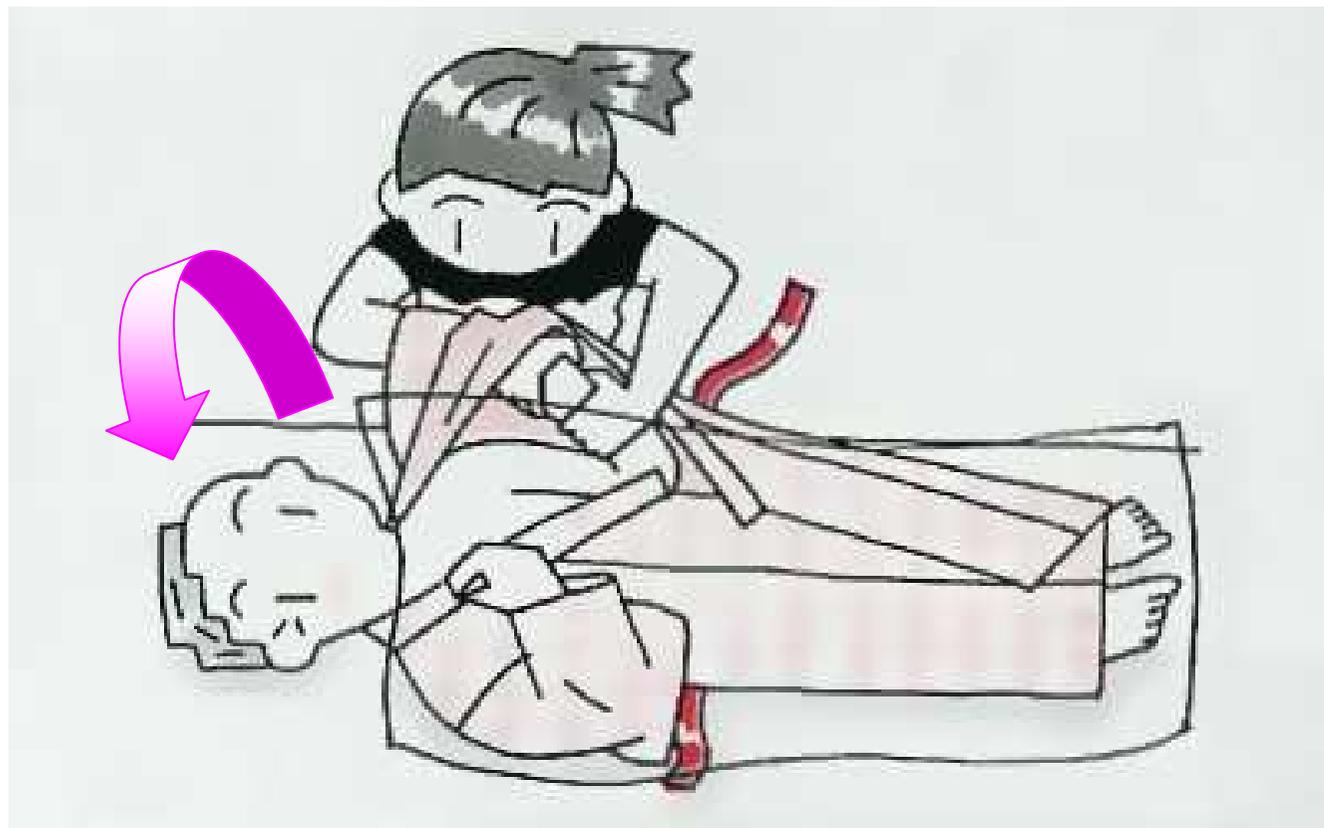
- ④ 横向きの状態を保ったまま、新しいゆかたを
マヒ側の手に通す。



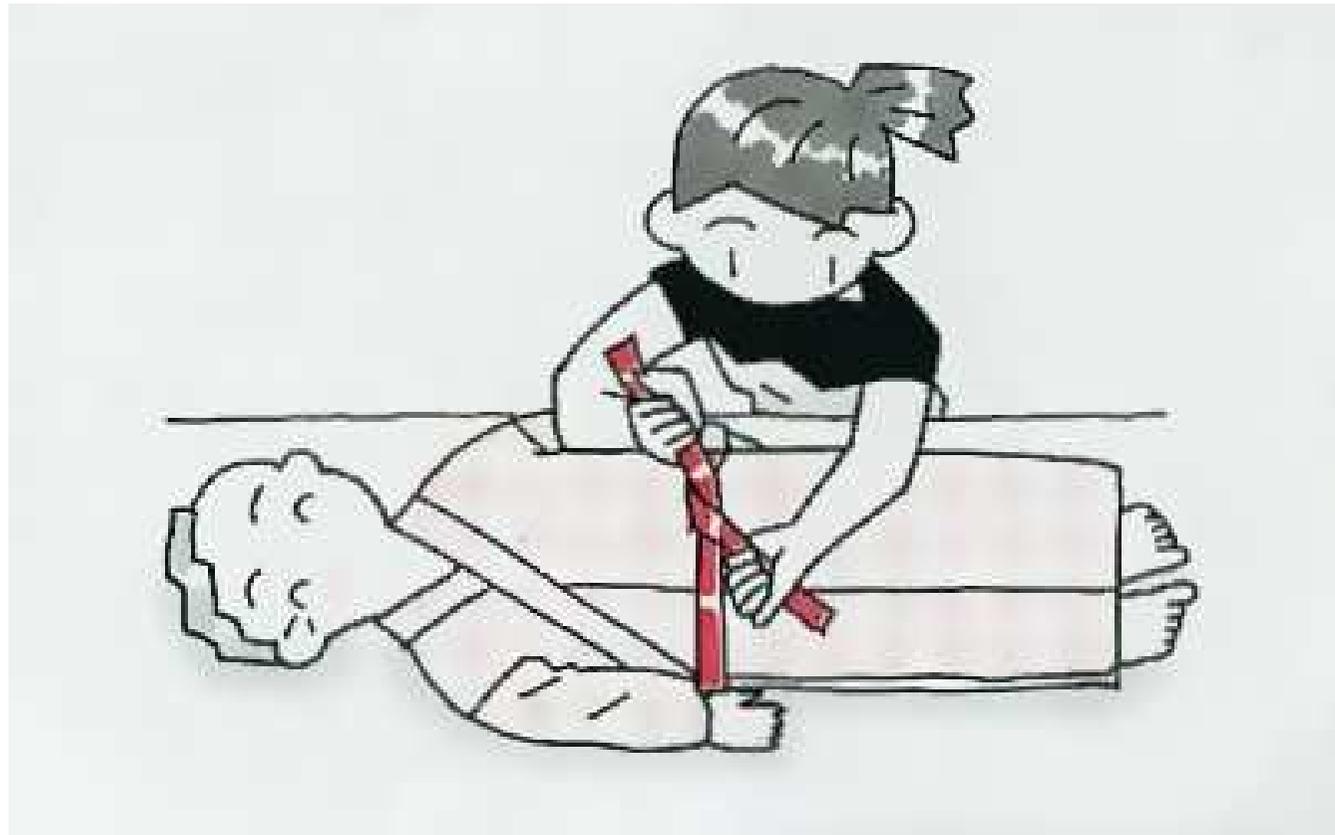
- ⑤ 背縫いを背中を中心に合わせて、新しいゆかたの腰ひもを体の下に押し込む。



- ⑥ また元のように仰向けにし、ゆかたと腰ひもを引き出して健側の手に袖を通す。



⑦ 裾を引いて背中やしわを伸ばした後、腰ひもを結ぶ。



■ 着やすくするポイント

- ファスナーにリングを付ける。



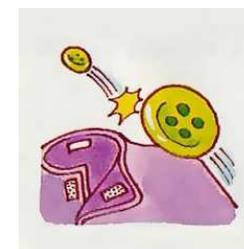
- そで口にゴムを入れる。

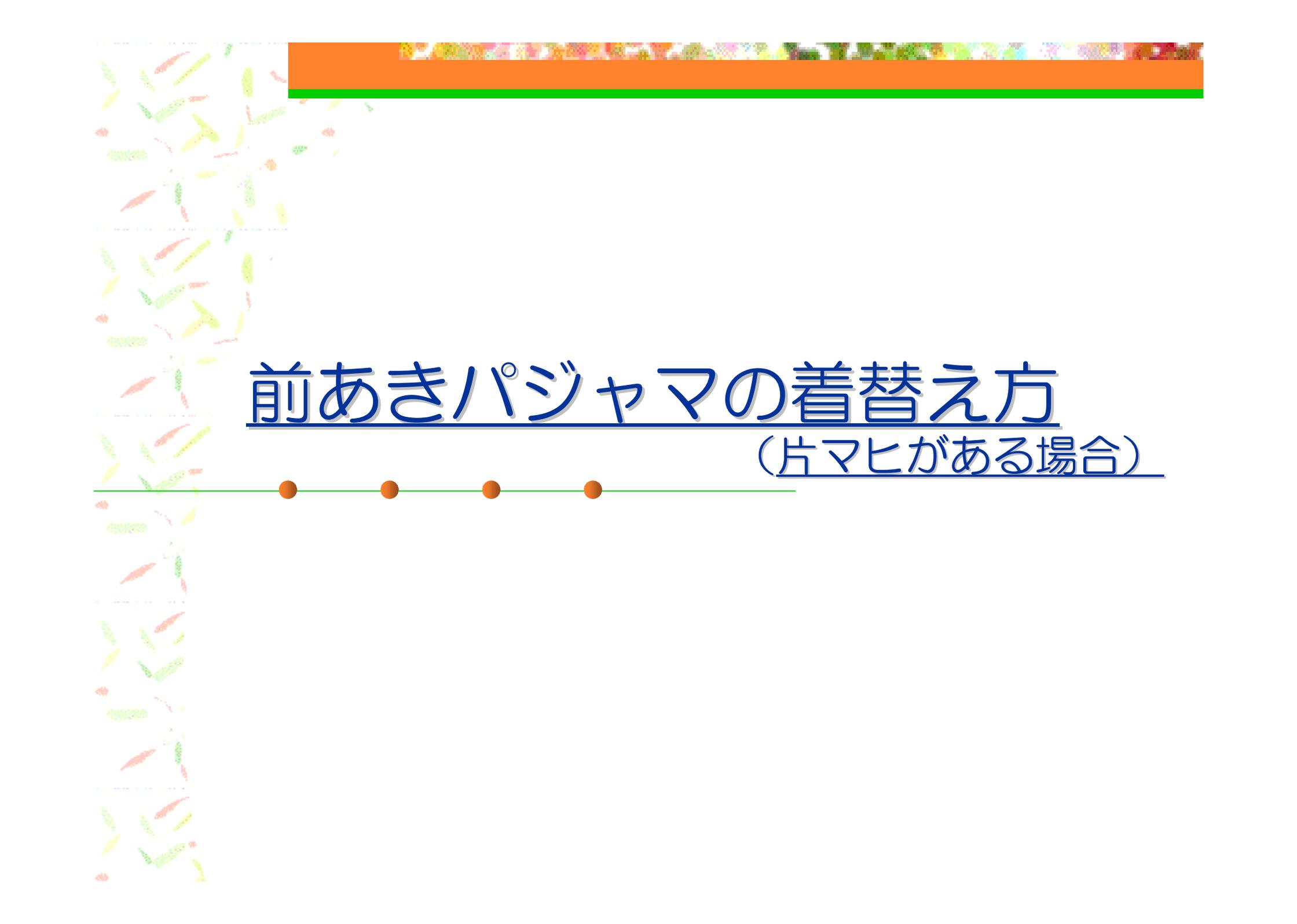


- 前身ごろは刺しゅうやアップリケで目印を入れる。



- ボタンは大きめのものを、あるいはマジックテープに変える。



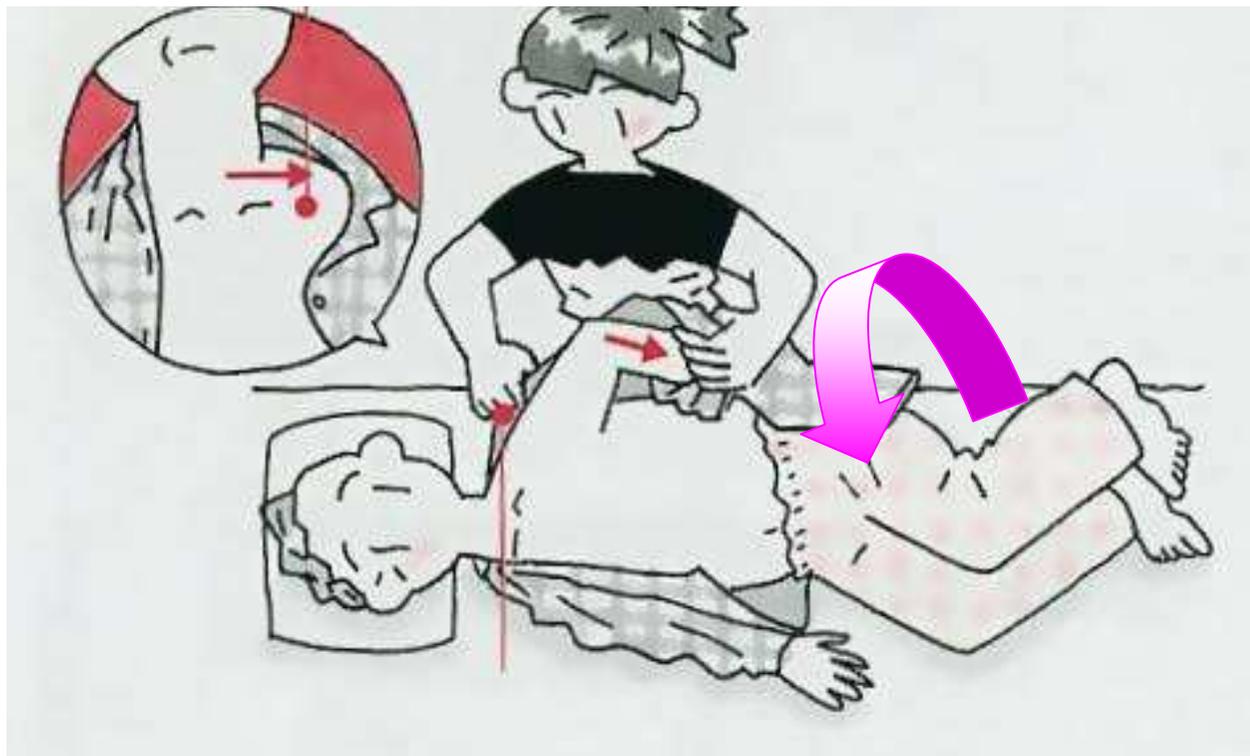


前あきパジャマの着替え方

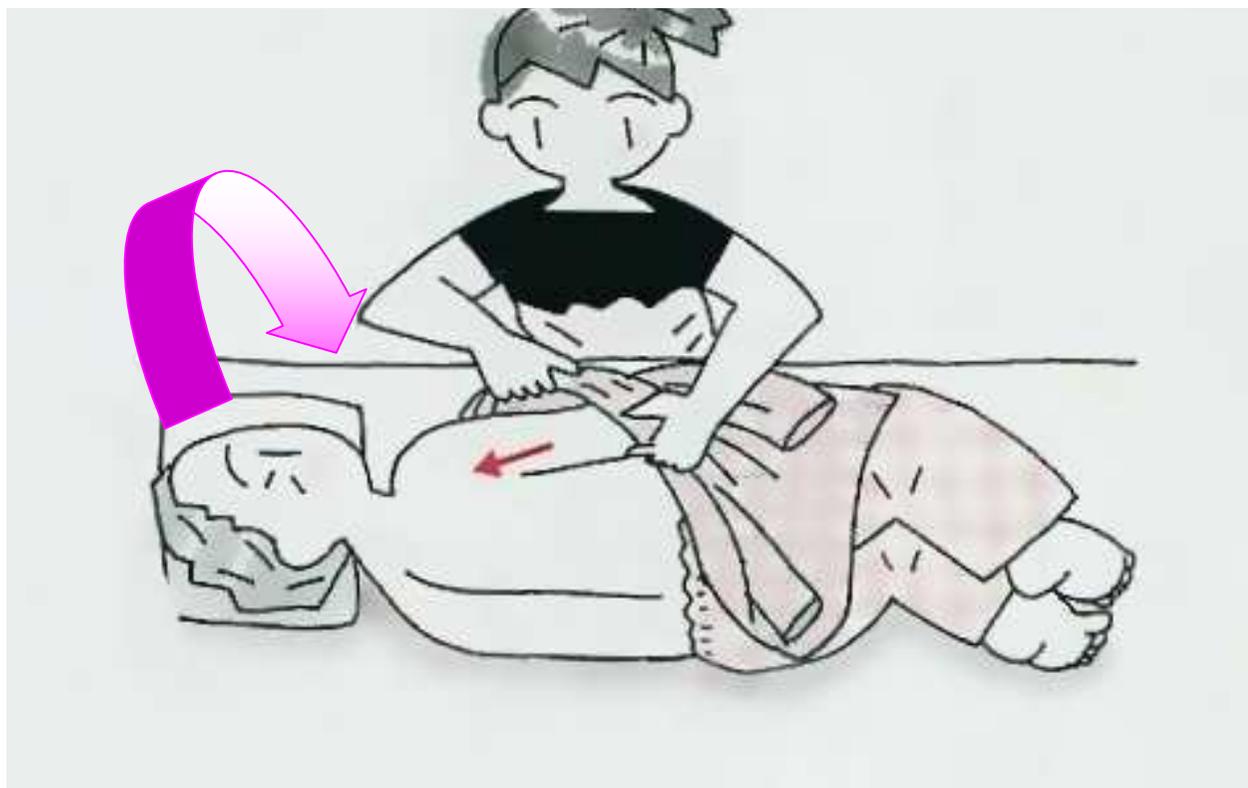
(片マヒがある場合)

-
-
-
-

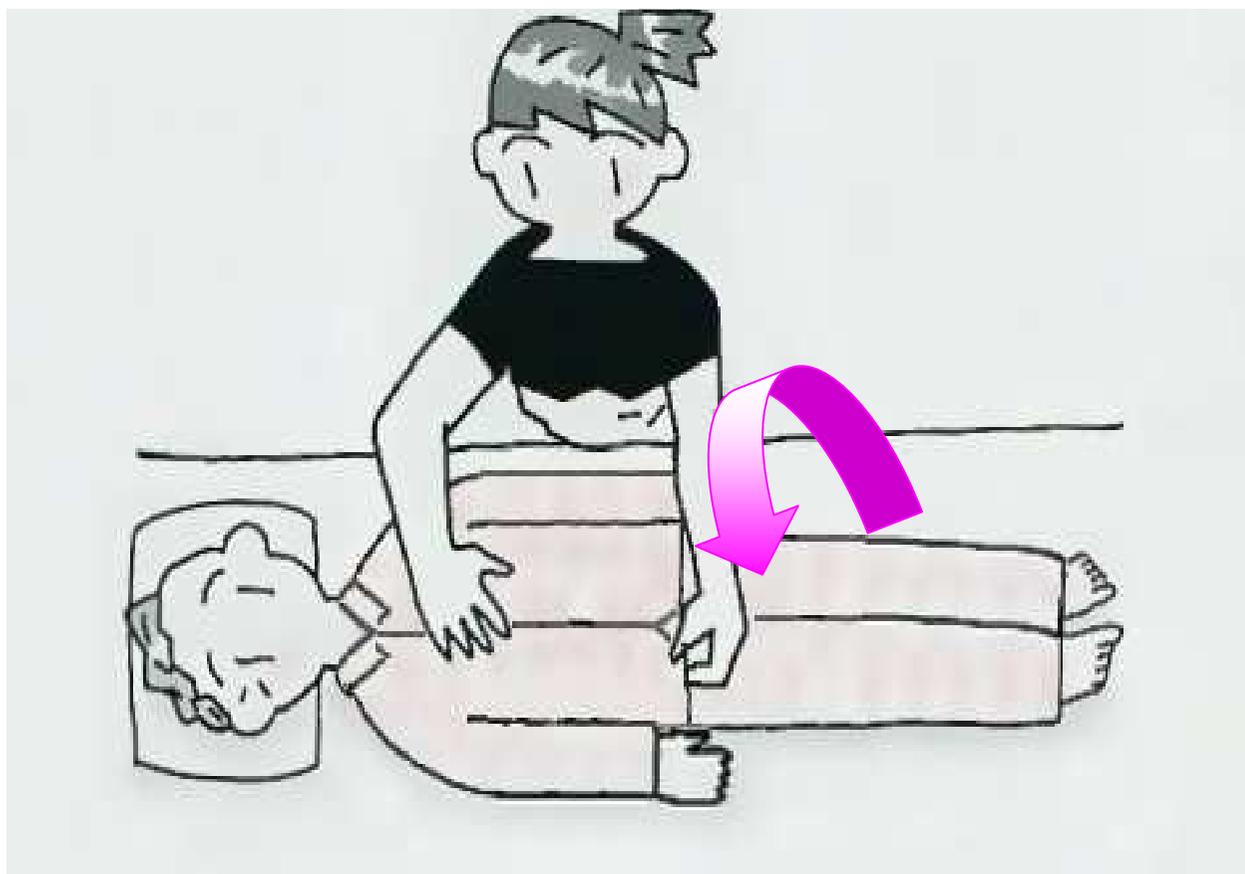
- ① 横に向けてシャツの肩のところを下に降ろしつつそでを脱がせ、健側から体の下に古いシャツを押し込む。

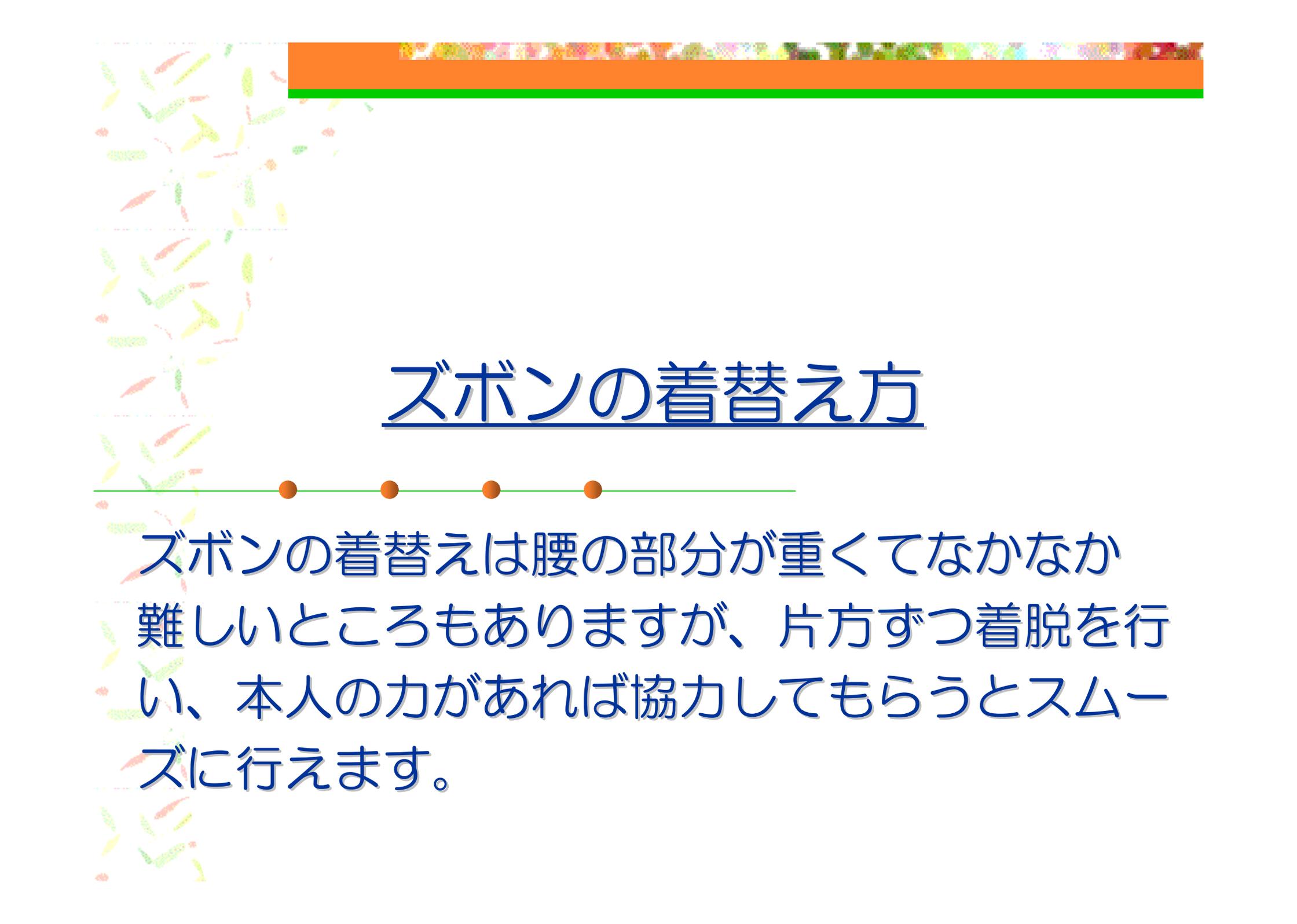


- ② 逆向きにして古いシャツを引き出して脱がせた後にマヒ側から新しいシャツのそでを通し、体の下に新しいシャツを押し込む。



- ③ 体を元に戻し新しいシャツを引き出し、健側のそでを通した後でボタンをとめる。

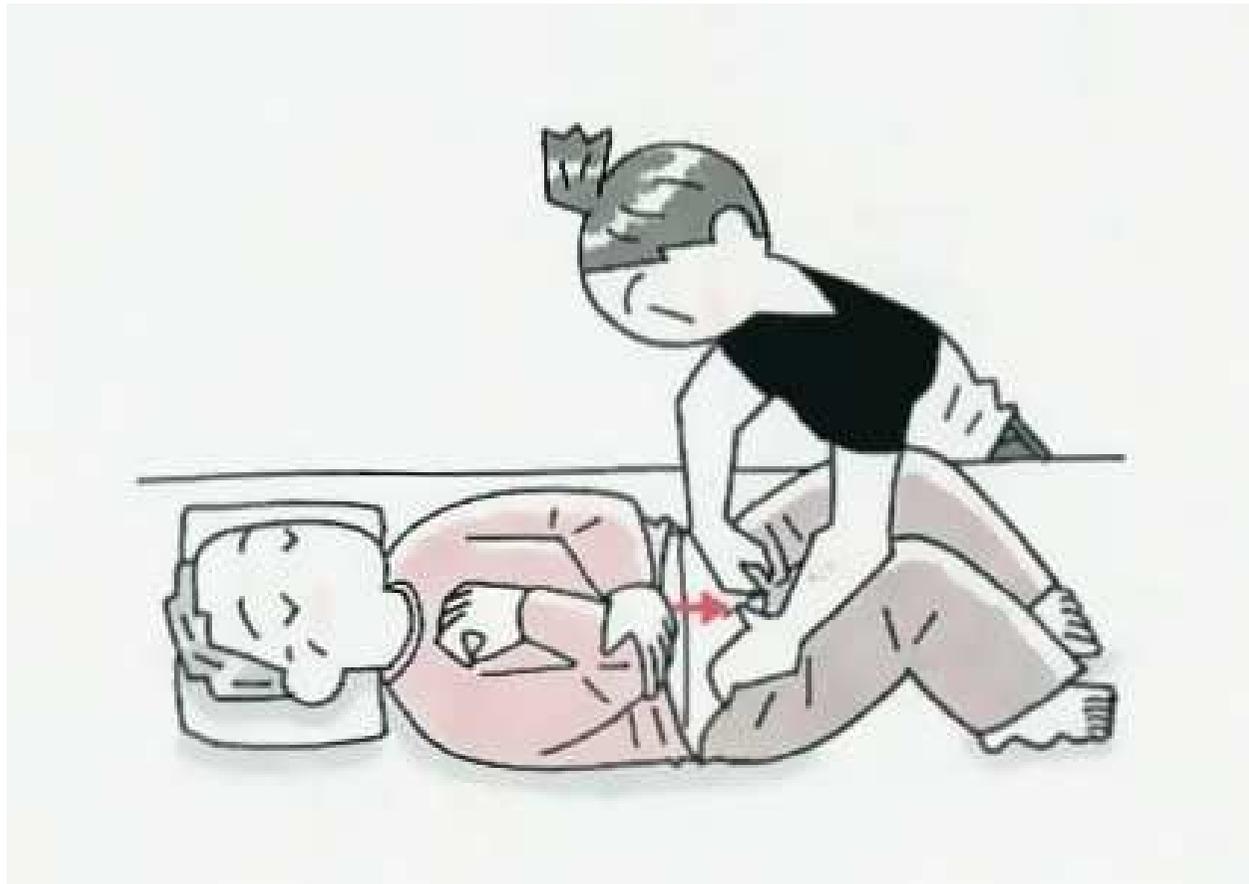




ズボンの着替え方

ズボンの着替えは腰の部分が重くてなかなか難しいところもありますが、片方ずつ着脱を行い、本人の力があれば協力してもらおうとスムーズに行えます。

- ① まず膝を立て、できるだけズボンを引き下げる。

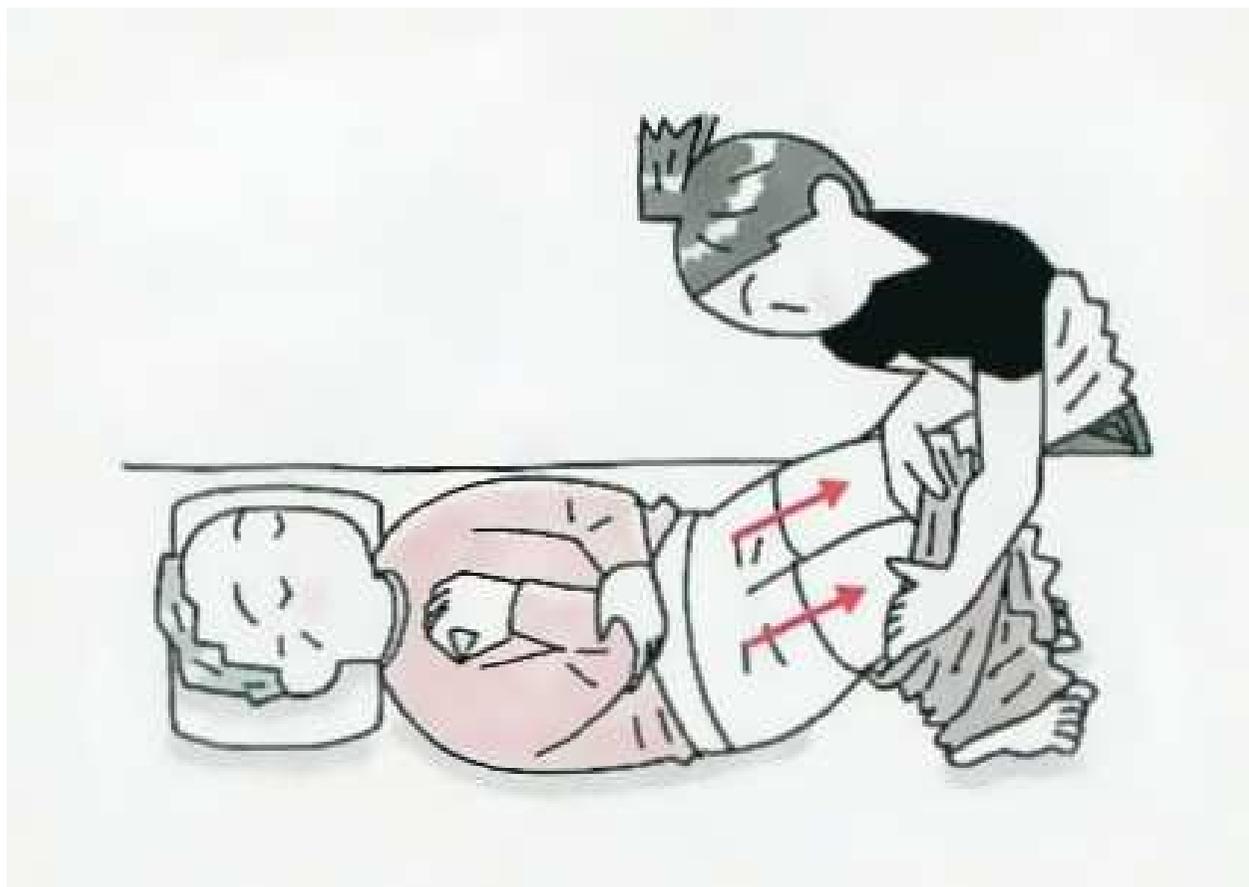


② 腰から片方ずつズボンを引き下げる。

(このとき本人に健側の腰を持ち上げてもら
うと楽にできます)



③ 完全に脱がせる。



- ④ズボンに手を通し、かかとを支えて片足ずつ順番にはかせる。



- ⑤ 健側のズボンをできるだけ上げる（このとき本人に腰を持ち上げてもらおうと楽）。



⑥ 体を横に向けて、マヒ側のズボンを完全に上げる。



⑦ 体を反対に向けて、健側のズボンを完全に上げる。



3. 在宅における排泄ケアについて

- オムツのあて方
- 陰部洗浄について

病院・施設部担当

介護アドバイザー 小川・室井

次回のおしらせ

● ● ● ●
次回のT・TAK介護教室

12月15日（第3木曜日）

14:00～15:00

【緊急時の対応】

～ 病院への連絡のタイミング～

講師 内科：土井晋平医師

次回もぜひ、みなさんお誘いあわせの上ご参加ください。