

第17話

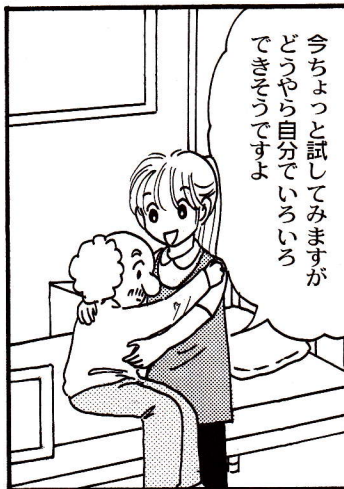
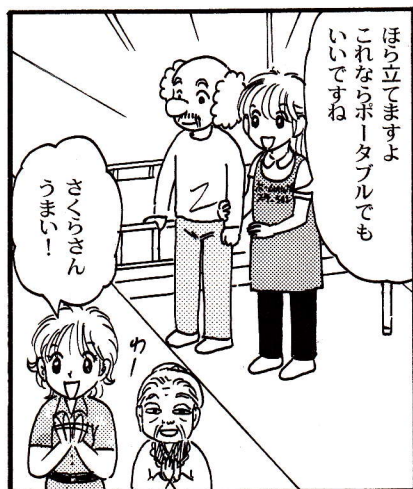
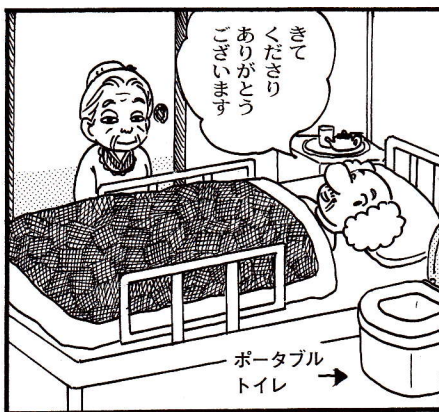
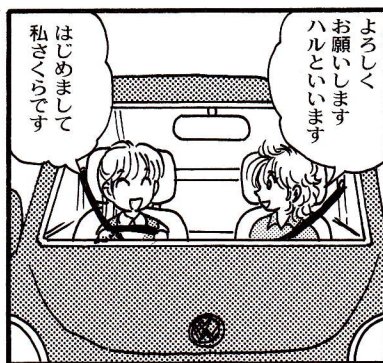
体位変換のコツでオムツからポータブルトイレへ

今回は、今まで寝たきりであった堀内さん（75歳・男性）のケースを通して、体位変換のちょっとしたコツで、寝たきり状態からポータブルトイレを利用できるようになるということを学びましょう。

作・奥井識仁 まんが・天星 玲



注1：寒天と澱粉からつくられた半透明の薄膜 おかゆなどに入れて煮るとのり状になり消化しやすくなる



コツをつかめば
大丈夫ですよ



体位変換は
ポータブルトイレや
オムツ交換の基本
なんです

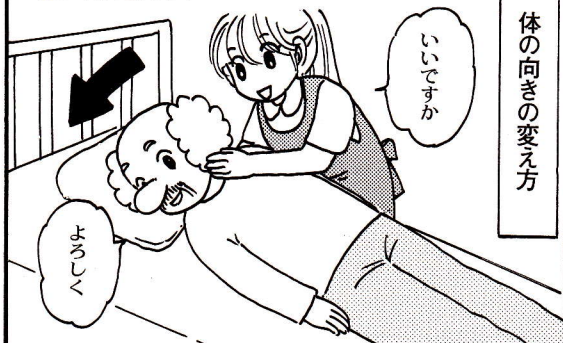
②向かせる側の腕を下にして組んでください



いいよ
右だね

右手を下に
しますね

①まず顔を反対方向にします



いいですか

体の向きの変え方

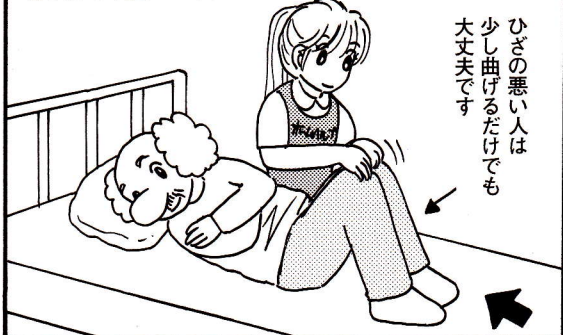
④肩とひざを持って反対側を向いていただきます



はい

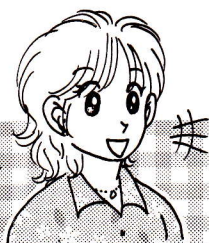
向こうへ
向きますよ

③両ひざを立てます

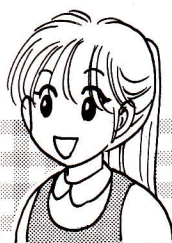


ひざの悪い人は
少し曲げるだけでも
大丈夫です

介護者の首に
両手で抱きついて
いただくのが
コツですね



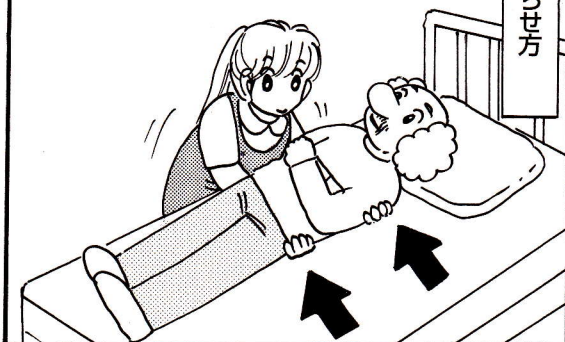
体の向きを
変えたら次は
座るコツです



②ひざを曲げて両足を立たせてください



①肩と腰を持って上半分を
引き寄せてください



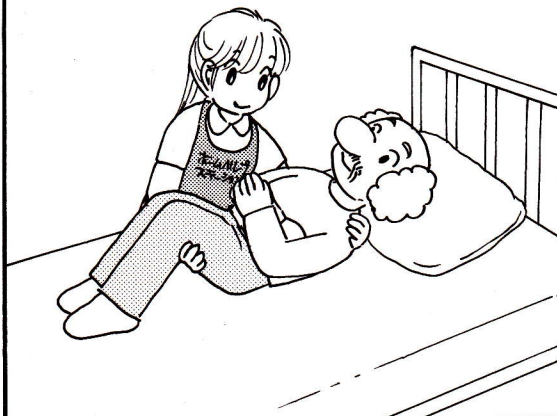
座らせ方

④首に手をかけて抱きついていただきます

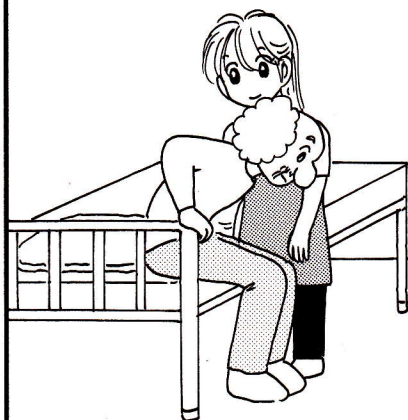


腰を手前に移動させます

③両ひざ下と肩に手を入れてください



①ベッドに浅く座り
足を引きよせます

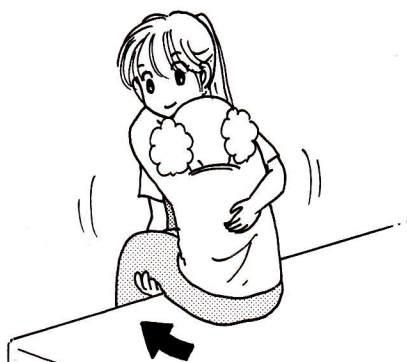


立たせ方

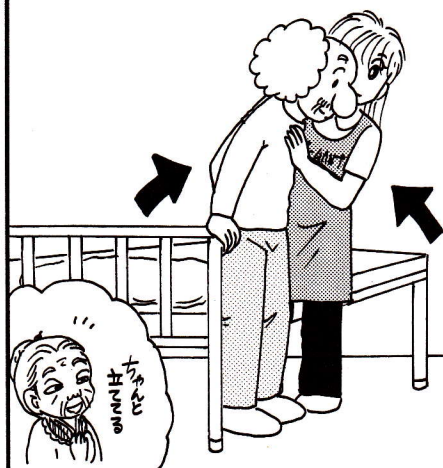
次は
コツです



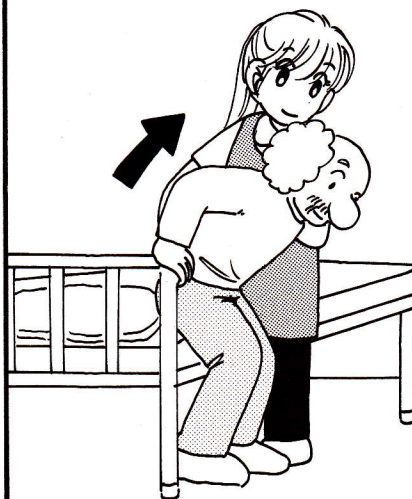
⑤回転しながら上半身を
引きおこします



③両手で体をささえます



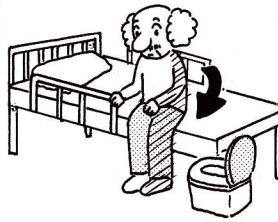
②腰の後ろを持ち上げてください



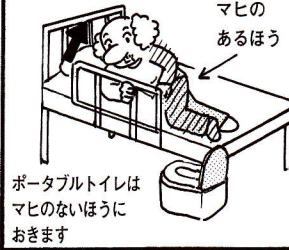
③左右交互に下着や
オムツをおろします



②立ちあがったらマヒのない
足を軸にして体を回転します



①横向きになって両足を床に
おろします。まずはベッドの柵を
利用して上体をおこします

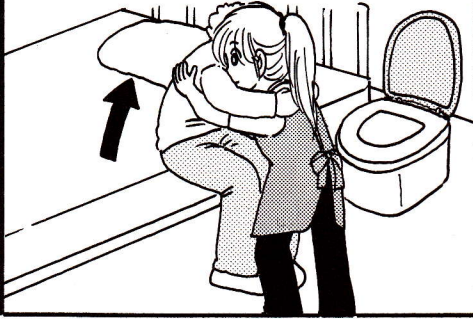


ポータブルトイレ
(二人でできる方の場合)

最後がポータブル
トイレです



①介助者の首に手を回していただいて
腰に手をあててひきあげます



ポータブルトイレ
(介助が必要な方の場合)

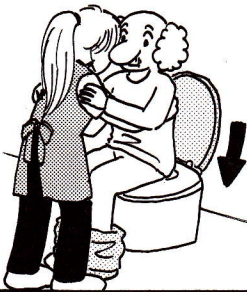
一人で
できないときの
介助ですね



④ポータブルトイレに座ります



④ポータブルトイレに腰かけて
いただきます



③介助者に重心をかけていただいて
下着をおろします



②マヒのない側の足を軸にして由にして
体を回転します



立てたぞ

コツが
あるのね

やってみて!!

第17話 まとめ

「排泄の問題」は、「人間の尊厳の問題」というほど大切です。このお話の堀内さんのように自分で排泄できずに悩んでいる高齢者も少なくありません。こうしたとき、ちょっとしたコツ一つでポータブルトイレを利用できるようになれば、ずいぶん気持ちも違うので、ぜひこのコツを覚えてください。

「体位変換のコツで、オムツからポータブルトイレへ」

今回は基本的な体位変換のコツについてとりあげました。

マヒのある人は移動が大変なので、寝たままの状態でも交換ができやすいオムツタイプがよく使われます。少しでも自分で体を動かすことができる人は、立ってポータブルトイレを使用し、トレーニングタイプオムツに移行していくことが重要です。

患者を移動させる際に、介護者は自分自身の腰を悪くしないようにする必要があります。動けるところは、患者自身に手伝ってもらいようにします。例えば、座った姿勢から立ち上がるときは、患者に自分から介護者の首に抱きついてもらいます。そうすると、介護者の体の負担がかなり減ります。できることは自分でやってもらい、これはとても大切なことです。

ポータブルトイレには、背もたれのあるものや、温度調整されて温かくできるものなどがあります。3万円前後のものから10万円ぐらいまであり、介護保険購入費補助が使える場合がありますのでよく考えてみましょう。トイレに手すりをつける場合は、3万円前後からあります。介護保険住宅改修費が利用できる場合があります。

