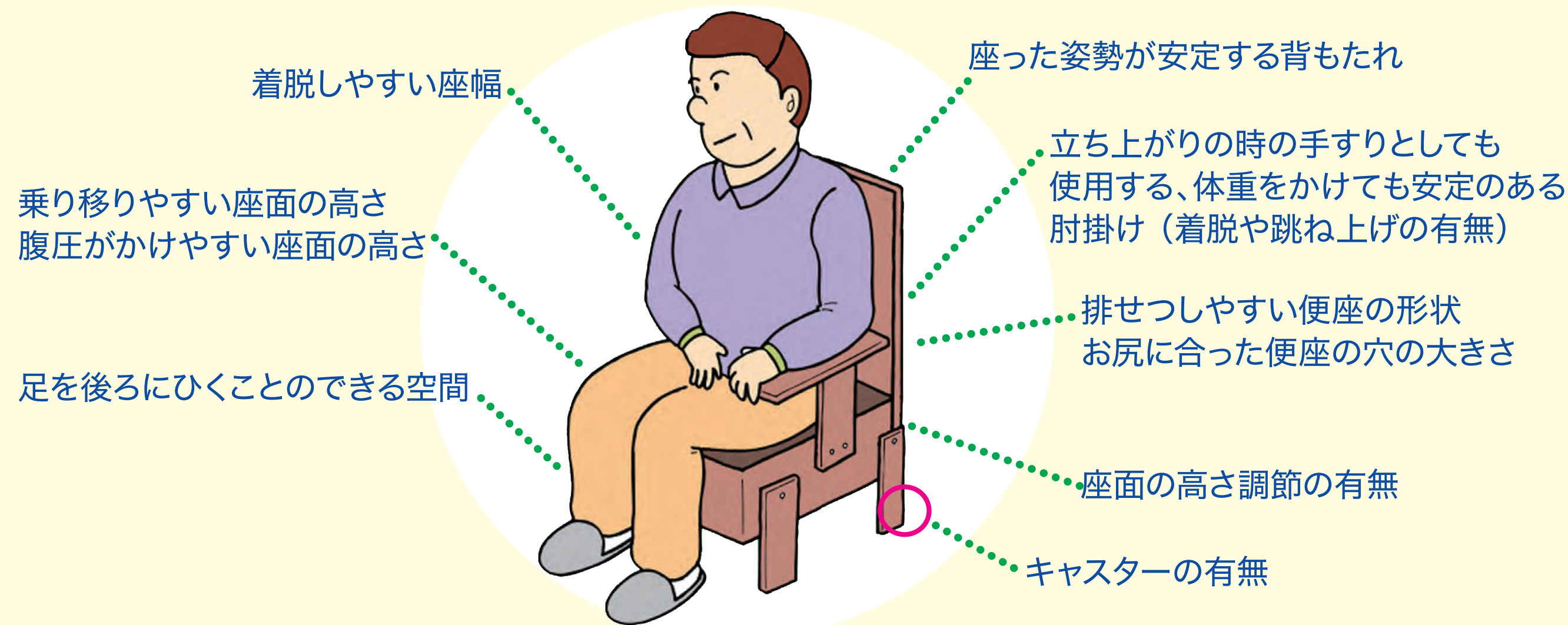


排せつについて考えてみよう その③ ポータブルトイレ編

ポータブルトイレを上手に使って

「何が何でもトイレ」と考えるのではなく、昼間はトイレを使用して、夜間はポータブルトイレにするなど、うまく使い分けることも大切です。おむつを使用している方もポータブルトイレが使用できないか検討してみませんか？座った姿勢での排せつは、心身共に落ち着いた生活の基本になります。

1. ポータブルトイレを選ぶポイント



2. ベッドからポータブルトイレへの乗り移り



● 立って移乗する

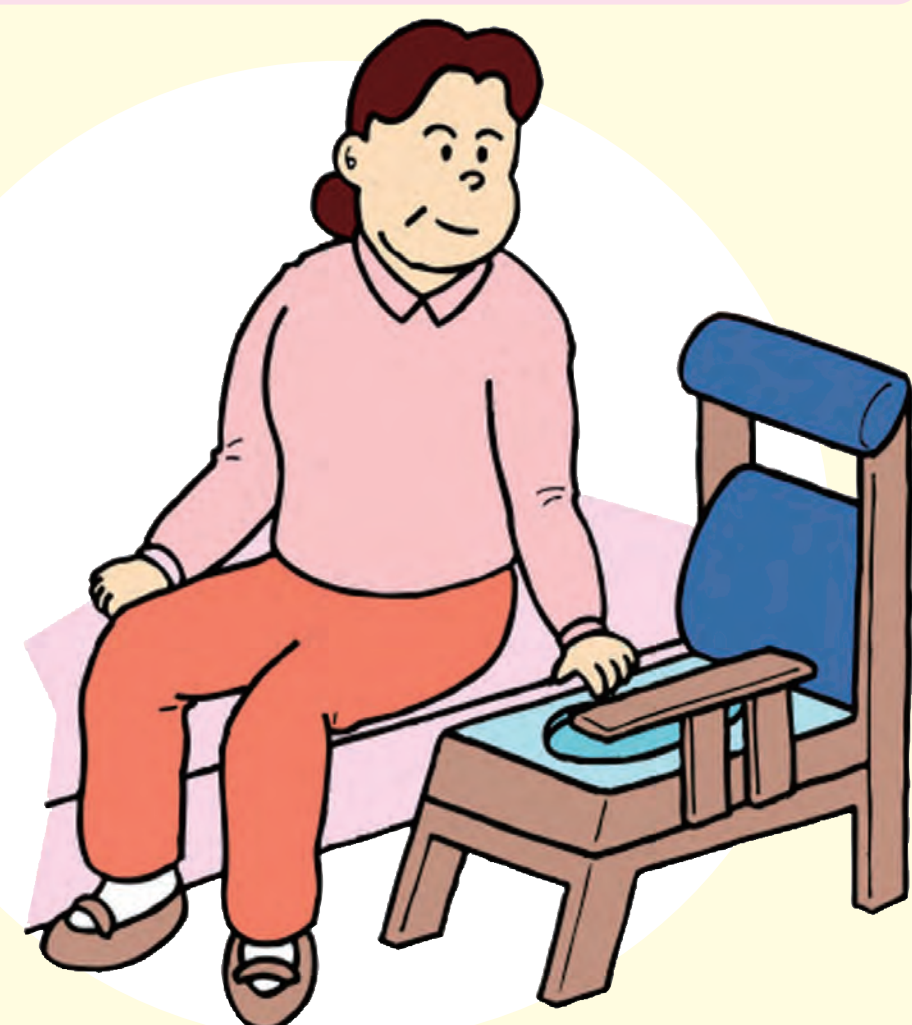
ポータブルトイレをベッドの足側に設置して、ベッド用手すりを使用すると乗り移りやすくなります。

部屋の広さや環境、麻痺の有無によってもポータブルトイレを置く位置は異なります。人によっては頭元にある方が安心する場合があります。

● 座ったまま、移乗する

ポータブルトイレをベッドと平行に設置し、ベッド側の肘掛けを取り外します。

便座の高さをベッドの高さと同じにして、ベッドとの間に段差や隙間ができないようにして移乗します。



3. ポータブルトイレの種類

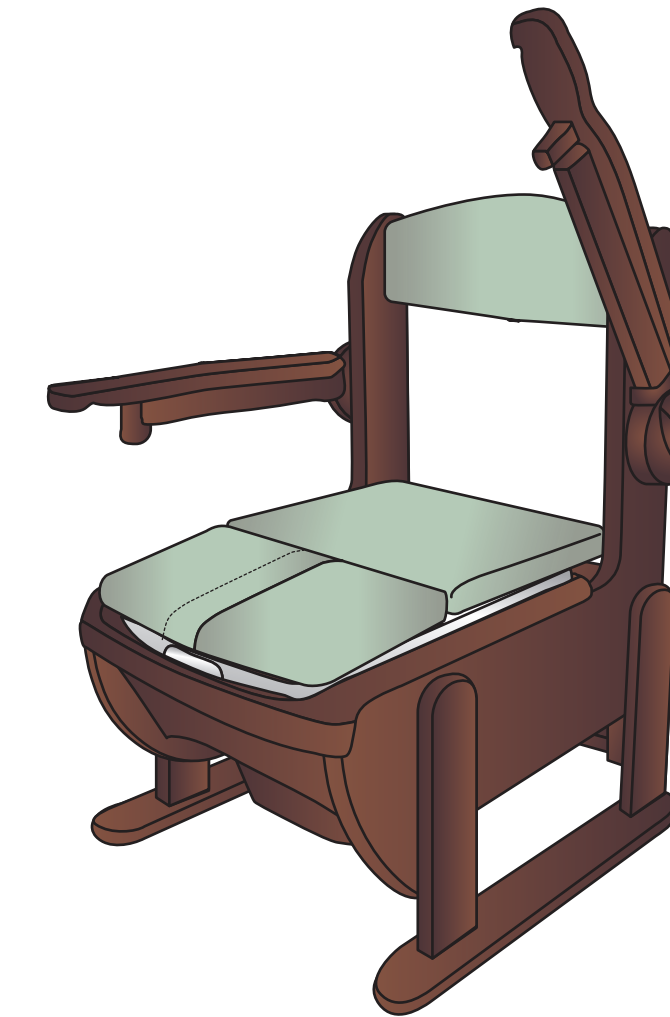
◆樹脂製

- ニオイがつきにくく、汚れても拭き取りが簡単。
- 軽くて持ち運びが簡単。
- 水洗い可能でメンテナンスしやすい。



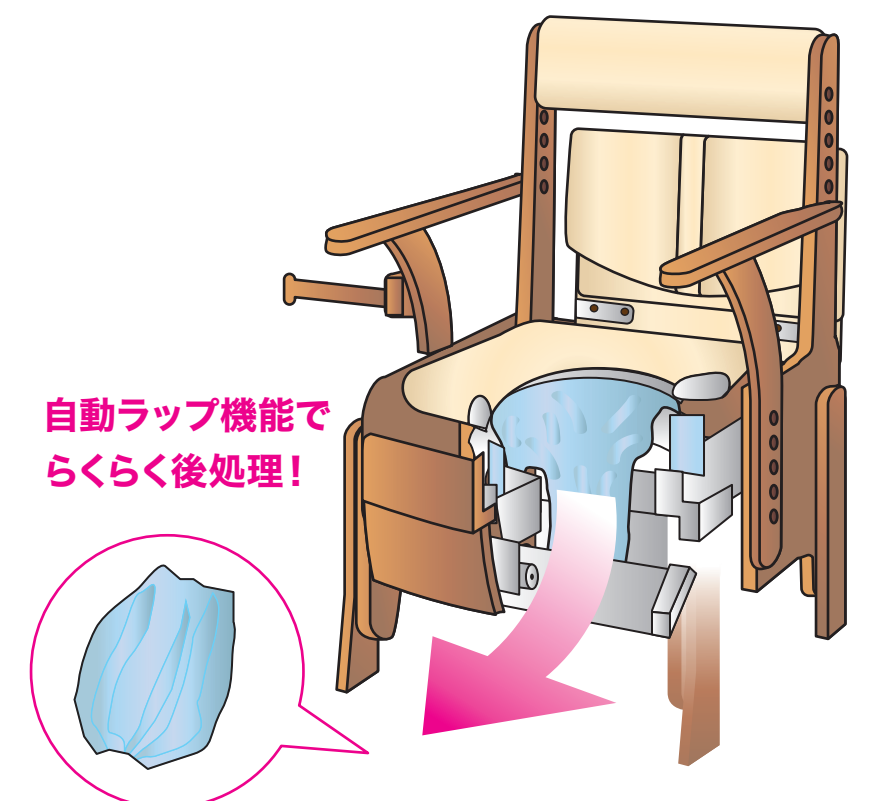
◆家具調

- 室内に置いても違和感のない質感
- 部屋にトイレがあるという心理的負担を軽減できる。
- 重量があり安定感が高い。



◆自動ラップ式

- ワンタッチ操作でラップ処理ができ、バケツの洗浄不要
- 熱圧着でニオイを密封



4. ポータブルトイレが必要な場面と効果

- ・麻痺などがあり、トイレまで歩行できない
- ・痛みや疾患により、便器での立ち座りができない
- ・心疾患や高血圧などにより急激な温度変化が心臓への負担となる
- ・パーキンソン病などでふらつきがあり、つまづいて転倒の危険性がある
- ・夜間頻尿や尿意切迫感（急に尿がしたくなる）などでトイレが間に合わない
- ・視力障がいなどでトイレまでの歩行が不安

効果

自立での排せつが可能になると生きる意欲につながる

転倒や疾病の増悪など重症化の予防

介護負担の軽減

良い効果だけではなくポータブルトイレを使うことの弊害（問題点）もあります。導入の際は慎重に検討しましょう。

- ・バケツを洗う場所がない。バケツを洗うことが負担に感じる。
- ・においや衛生面が気になる。負担になる、など。

