

# 訪問看護ステーション あざぶだより

2024

Vol. 09

2024年1月号

旧年中は、各事業所の皆様には温かいご支援をいただきありがとうございました。本年もどうぞよろしくお願い致します。当ステーションでの取り組みをご紹介している「あざぶだより」ですが、今回は排便コントロールへの介入について紹介させていただきます。急に気温が下がり、いよいよ冬本番を迎える時期になりました。どうぞご自愛下さい。



## 排便コントロールへの対応、支援紹介



### 【排便障害による生活への影響】

高齢者は加齢に伴うさまざまな機能低下、能力低下から排便障害がみられやすいです。当ステーションの利用者様も活動量の低下、食事内容の変化、腹筋低下によりいきみができないなどで便秘傾向の方が多くみられます。また、夏の暑さや冬の室内の乾燥など季節の変化により脱水になったり、睡眠が浅くなるなど高齢者にみられる生活変化も排便に影響を与えています。

便秘対策として下剤が処方されることが多いですが、下剤の調整によっては逆に下痢になり、予期せぬ時に排便がみられたり、便失禁をしてしまうこともあり、外出しにくくなったり、デイサービスを休んでしまうといった影響がみられることもあります。

### 【便秘の種類と下剤の効果】

便秘の種類は大きく、結腸性便秘（大腸の蠕動運動が弱い）と直腸性便秘（便が肛門周囲まで降りてきているが出せない）に分けられます。高齢者の場合は直腸性便秘の傾向が強いです。

#### ●結腸性便秘に対して処方される下剤には

- ・酸化マグネシウム（カマ）、マグミット、マグラックスといった緩下剤

大腸の水分吸収を減らし、便の水分を増やすことで、硬い便を軟らかくし、便の量を増やします。

- ・アローゼン、プルゼニド、ラキソベロン、センナといった刺激性下剤

大腸の蠕動運動を促進させ、便が大腸を通過する時間を早める働きがあります。

- 直腸性便秘に対しては、レシカルボン座薬や浣腸、あるいは摘便が有効です。

- 最近では慢性便秘症に対する新薬も多く出ています。（アミティーザ、グーフイス、モビコール、リンゼスなど）

※重要なことは、便がどこに溜まっているのかを予測し、それに適した処方・ケアを行うことです。

そのため、日々の訪問時には、排便状況の確認に加えて、食事や水分摂取量の確認、活動量、睡眠状況などの生活状況の確認を行い、便秘や下痢の原因をアセスメントし、適切な排便ケアの助言を行うようにしています。また、下剤の調整のアドバイスや必要に応じて、受診先の病院へ相談を行うこともしています。



医療法人 札幌麻生脳神経外科病院

訪問看護ステーションあざぶ TEL011-712-0085

訪問地域：北区、東区 従業員：看護師、理学療法士、作業療法士

介護保険・介護予防訪問看護：緊急時訪問看護加算・特別管理加算・ターミナルケア加算

医療保険：24時間対応体制加算・特別管理加算

営業時間：平日 8:30~17:30

\*脳神経外科疾患以外も、癌・難病・認知症・看取り等様々な病気を担当しております。

住所：〒065-0022 札幌市東区北22条東1丁目1-40 札幌麻生脳神経外科病院1階