

## 「コンチネンス ケア」ってなに？

コンチネンスとは排泄がうまくコントロールされている状態を表す言葉で、尿漏れや便秘、下痢などの排尿や排便についての毎日の困りごとをできるだけ改善し、予防することです。

当センターでは、チーム医療・介護を進めるための核となる組織として8つの分野で業務委員会を設けており、その一つが「コンチネンスケアチーム」です。医学的な根拠（エビデンス）をもとにしたチームケアを目指して平成24年に発足しました。各部署から看護師、介護職、理学療法士など約15人が二カ月に一度は集まり、事例検討やケアの方針を話し合っています。

### 金沢春日ケアセンターにある組織横断の組織、8つの業務委員会



## 春日式の「大便」ものさしを導入

以前は、便秘になれば医師の指示をもとに下剤や座薬を使って便を出すといった“治療”に頼る方法が中心でした。

便の状態や量についてスタッフが情報を共有できる「ものさし」がなかったという事情も背景にあり、センター全体で統一した排便ケアを進められていないことが課題となっていました。そこで、便の状態については国際的に使われている「ブリストル・ストール・スケール」を取り入れ、便の量については独自の「春日式排便量スケール」を作って表現や記録の統一を図り、申し送りや便の状態の把握がスムーズに進むようにしました。便の状態や量を図る基準を取り入れた老健はここが県内で初めてです。



↑ 紙粘土で作った春日式の便スケール。排便の情報が共有できます。

## 食事、運動、生活スタイルも見直す計画づくり

また、便秘や下痢などご本人にとってつらい症状を引き起こしている原因がどこにあるのかを探るために詳しい情報も把握できるようにしました。手足の麻ひや痛み、こわばり、褥瘡の有無、認知症の状態、食事の量や運動についてなど、一日の生活スタイルすべてが排泄を引き出す要素であると考えて共通の記録シートに記していきます。そして、コンチネンスケアチームで事例検討を行いながら課題を整理し、医療、介護、栄養、リハビリテーションの専門的な知識や技術を出し合いながら、さまざまな面から客観的な評価・分析（アセスメント）を行っています。

ここで一番大事にしているのが、ご本人や家族の「排便についてどういう状態にされたいか」というご希望と目標です。この目標に沿って、ケアの計画を立て、スタッフによる日々の介護を通じて、例えば、おむつをしなくても良い状態に持っていき、トイレに適切なタイミングで誘導するなどの気持ちの良い排便につなげています。



↑ 多職種によるチームでお一人おひとりの排泄ケアについて話し合います。



↑ 排便日誌、排便アセスメントシートなど記録を丁寧につけることもケアの大事な要素です。

## 介護スタッフのスキルアップにもテコ入れ

排便ケアについての専門知識を身につけ、スキルを上げていく介護、看護スタッフの研修にも力を入れております。日本コンチネンス協会北陸支部の榊原千秋先生を講師に招いた研修会を開き、排便のメカニズムや排便日誌の読み取り方などを学ぶ機会を設けました。

日々のケアを全面的に行いながら、排便についても適切な対応をするためにはご本人の状態を把握した後にその情報の持つ意味をくみ取り、無理のないきめ細かな排便ケア改善計画づくりが必要となります。当センターでは、その計画づくりを指南できる専門スタッフ「排便ケアリーダー」を育成しています。コンチネンスケアチームの看護師等も現場を回りながら（ラウンド）、計画にそったケアがきちんとなされているかどうかの確認とサポートも行っています。介護を受ける利用者様の生活全体を見ながら、お一人おひとりに合った排便のサイクルを維持できるように心がけています。

「排泄についてていねいに考えることは、利用者様の日々の体調や気分を左右する大事なことです。ご本人の尊厳を守りながら、ご希望、目標をかなえられるようにチームで全力で支えてまいります。」

**（金沢春日ケアセンター 看護・介護部長 原田 裕子）**

