

(6) トイレ：排尿

頸髄損傷者は合併症の膀胱直腸障害を有しているため、特殊な方法で排尿の動作や処理を行います。排尿方法には、自己導尿の実施や収尿袋への排泄があります。後始末のためには汚物流し(SK)の設置も視野に入れます。可能であれば、排尿器具を洗浄する環境も整えます。

① 尿処理の場所

頸髄損傷者の多くは、自己導尿もしくは収尿袋に排尿する方法を用います。いずれも便器や汚物流しでの尿の処理が必要です。便器への接近が可能かどうかを検証する必要があります。その解消手段としてトイレの壁の改修や建具の改修を視野に入れて検討します。排尿用具の洗浄のために、汚物流し兼用の便器の設置やトイレ内に後付可能なシャワー装置を設置する方法もあります。物理的環境の要因により水廻りでの自力での尿処理が困難になる場合には、一時的にポータブルトイレやバケツなどに排泄し、最終的な処理は介助者に依頼する方法もあります。



収納袋の尿処理

② 汚物流し(SK)での処理

汚物流しは自己導尿の際や、尿器・収尿袋に溜まった尿を捨てる際に使用します。失禁時の衣類洗浄にも用いることができます。自力で尿を捨てる際には、車椅子の寄り付きを考えます。また、レバー水栓の取り付けやそれぞれの動作が行いやすいように高さなどの配置を検討します。



汚物流しと洗濯流し

③ 器具の洗浄

排尿用具の洗浄のために洗濯流しなどを設置することもあります。

※尿袋を使用する場合、袋の洗浄を行う流し台や干す場所の確保が必要です。自力で行う場合には、車椅子の寄り付きに配慮します。



汚物流し



しびん洗浄水栓

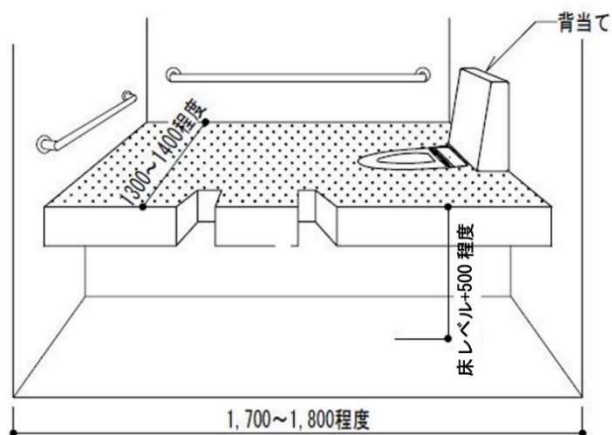
(7) トイレ：排便

動作能力や生活スタイルによって、排便に適する環境は大きく変わります。例えば座位姿勢が取りづらく、通常よりリクライニング車椅子を使用している方などは、ベッド上での介助排便の適応となります。機能状態により動作能力が高くなり自力動作が増えた場合には、高床式トイレでの長座位姿勢や洋式トイレやトイレチェアでの端座位姿勢での排便方法の選択肢が出てきます。動作能力や生活スタイル、住環境、本人や家族の意向を考慮しながら排便方法を選択していきます。介助を受ける状況でもトイレ環境で排便を行うことは、身体的にも心理的にも良い効果をもたらすことも考えられます。

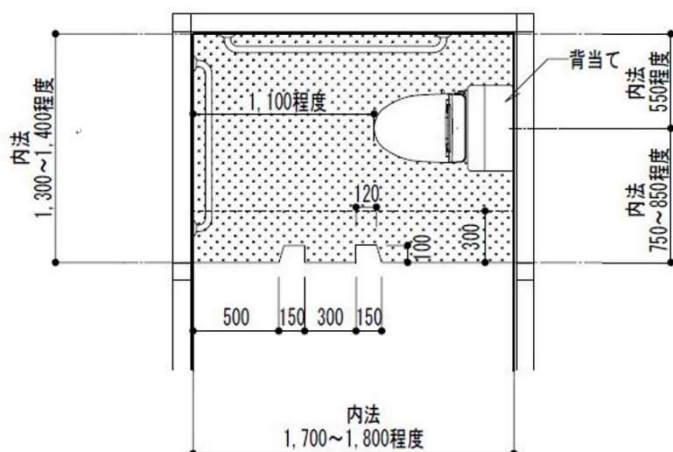


<高床式トイレ>

- ・ 車椅子とほぼ同じの高さの台。
- ・ 足を伸ばした姿勢（長座位）で排便を行うため、着替えや座薬挿入などの動作を行う広さを確保。
- ・ 褥瘡予防のために天板は半硬質ウレタンフォームなどを組み合わせて作製。
- ・ 天板の表面は臀部の皮膚が直接接触するため、合成レザーなど汚れが拭き取りやすく、皮膚への影響の少ない素材を選定する。
- ・ 天板レザーは動作が行いやすいように弛みなく張り、縫い目は褥瘡予防に考慮して配置。
- ・ 土台の素材は、木やパイプを組み合わせた台（イレクターパイプなど）で作製。
- ・ 便器の洗浄や故障時の修理が行いやすいように天板は取り外せるようにしておく。
- ・ 既存のトイレを改修する場合は、トイレ内の幅や便器の向き、壁の撤去（移動）や段差の解消を行い、設置が可能になるかを検討する。
- ・ 湿気の多い水場が近い場合は、防湿処理にも配慮する。

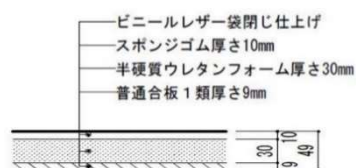


高床で動作を実施するためには、便器先端から 1,000 mm 以上確保できる横幅と、1,300 mm 以上の縦幅の確保が理想です。車椅子を置くスペースも必要とされます。既存のトイレを改修する場合には、トイレ内の幅や便器の向き、壁の撤去や移動、段差の解消などが検討内容になります。また、家族と兼用するために高床面の一部取り外しができるようにした例もあります。



一高床・マット部分を示す

レザーマット断面図



断面例

① 便器廻り

手すりの配置は、動作への干渉がないか留意します。便座上に褥瘡予防効果のある補高便座を置く場合には、便座上面と高床面を揃えるようにします(褥瘡を発生させる可能性の高い場所に麻痺部が接触しないように配慮します)。また、温水洗浄や水流しはリモコンで操作できるものが有効です。



② 家族との兼用

家族との兼用のために、高床面の一部取り外しや跳ね上げができるようにした例もあります。



家族と兼用の高床式トイレ

③ 介助での移動

介助で高床台まで移動する際には、トイレ内に吊り下げ式のリフトを設けることや、自室内などから連続した天井走行式リフト設置することもあります。

④ 簡易高床式トイレ

トイレの改修が困難な場合には、ポータブルトイレや市販のイレクターパイプを組み合わせ、簡易的に高床式のトイレを作製した例もあります。



簡易高床式トイレ



自宅や賃貸住宅のトイレを改修できない場合は、ポータブルトイレを使用して簡易的に自室内に高床式トイレ等を設けた例もあります。

簡易高床式トイレ(ベッドサイド)



トイレ前に段差がある時や、トイレ内に車椅子が入り込めない場合には、入り口前に車椅子を乗り置いて台に乗り移る方法もあります。

賃貸住宅のトイレ台

⑤ 高床式トイレと浴室

高床式トイレと浴室を隣り合わせで配置させて、入浴時の更衣場所をトイレと兼用することもあります。浴室と連動する場合には扉かカーテンで仕切ります。



高床式トイレ・浴室（便器と反対側が更衣場所）

～排泄カメラ装置～

テクノエイド協会の助成を得て作製。頸髄損傷者の座薬挿入動作などに使用します。

（電源の確保が必要です）



＜洋式トイレ＞

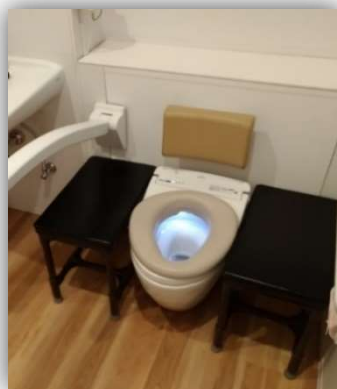
- ・ 便座上面（褥瘡予防補高便座）の高さは、移乗動作等を考えて車椅子の座面とほぼ同じ高さが理想。（身体障害者用の便器は、通常便器よりも50mm～60mm高い。）
- ・ 更衣動作時などの安定性を考えて、便座上に座った際に足底がしっかりと床面につく高さを基本とする。
- ・ 姿勢保持等のための手すりの設置が必要。使用者によって使いやすい形状、配置や長さが異なる。

① 便器側方台

姿勢の保持や安全な動作の遂行のために、洋式便器の横に台を設置することがあります。その際にも褥瘡予防に配慮します。

② 集合住宅や賃貸住宅

集合住宅や賃貸住宅の既存トイレを活用する際には、出入り口の段差を解消し、車椅子を便器の近くに寄せて直接便器に乗り移りができるように整備します。また、そのような物件を新たに探す場合には、便器の向きも探す視点に入ってきます。出入り口からみて便器が正面ではなく横向きに配置されていると、排便環境としては有利なことが多いでしょう。開き戸に十分な開口幅がなく使用しづらい場合には、扉を取り外してカーテンを設置するなどの整備をした例もあります。



便器側方台例（右は新築住宅例）



便器側方台の例（賃貸住宅）



補高便座を組み合わせた高さ調整法もあります。

＜トイレチェア＞

- ・ 住宅が改修困難な場合や身体状況から端座位姿勢での排便が望ましい場合に選択される。
- ・ トイレチェア排便はシャワーキャリーを使用して行うことが多く、市販のものを使用する場合とオーダーで作製する場合とがある。
- ・ 自走式の場合は、オーダーメイドでの作製となる。
- ・ 長時間の排便姿勢となるため、座面の褥瘡予防配慮は不可欠である。
- ・ 場所は既存トイレ使用や新規トイレの設置、自室などでバケツを使用するなどの方法がある。

トイレチェアを洋式便器や身体障害者用長便器で使用する場合、便器にしっかりと寄りつけるかを確認します。その際、便器の高さ・横幅との適合も検証します。介護が必要な際の介助スペースやトイレチェアの取り回し(操作)を考慮し、十分なスペースが確保できるかの確認も必須となります。



トイレチェア(左:オーダー 右:市販)



～特殊円座～

褥瘡予防のための特注ジェルクッションです。水廻りでも使用できます。