

高齢者の皮膚は、加齢によりただでさえ、発赤、かぶれなどのスキントラブルを起こしやすくなっていますから、寝たきりの状態が続いたり、おむつ使用の場合には、さらにリスクが高くなります。ユニ・チャームはスキンケアの基本を洗浄ケアと考えています。なかでも最も汚れやすく、清潔が保持されにくい陰部の洗浄について、今回はケアの方法と留意点を解説します。

◎なぜ陰部洗浄が必要なのか？

男女を問わず、身体の中で最も汚れやすい陰部を清潔に保つことは、スキントラブルの予防という観点から大切です。

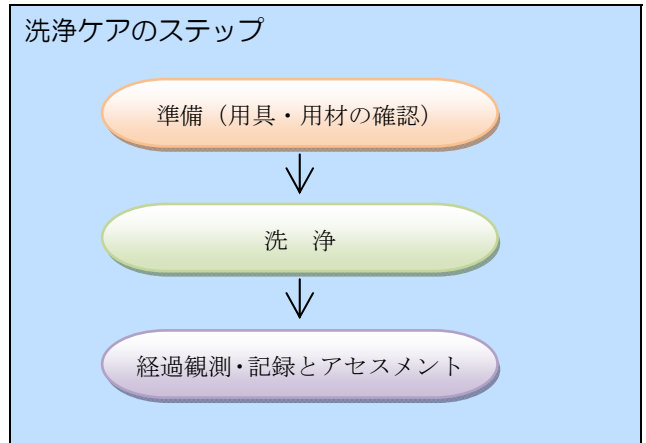
特に、入浴の機会が少ない方、おむつを使用している方は、排泄物や分泌物が皮膚に付着したままの状態が長く続きますので、スキントラブルを招く危険に常にさらされています。排尿・排便後の陰部洗浄がスキンケアの中でもとりわけ大切なのです。

◎洗浄ケアのステップ

陰部洗浄には、準備 → 洗浄 → 経過観察の3つのステップがあります。

大切なことは、洗浄の前後、肌にどんな変化があったかをこまかに観察・把握することです。その情報をスタッフ間で共有しておくことが洗浄ケアの効果を確かめることにもなり、また、より重大なスキントラブルの防止にもつながります。

また、デリケートな部分の洗浄であるがゆえにプライバシー重視と尊厳の保持も洗浄ケア実施の際に忘れてはならない大切なことです。



洗浄ケアの手順と留意点

STEP1 準備

- ① 洗浄に必要な用具類を確認し、準備します。必要用具のチェック表などを作っておくと洗浄の段階で不足物などを探すことが少なくなります。必要な用具は以下のとおりです。

- ・防水シート（介護用シート）
- ・微温湯の入った容器
- ・交換する新しいオムツ
- ・ガーゼ、石鹸（洗浄液）
- ・タオル、ゴム手袋
- ・ごみ入れ
- ・便を拭き取るペーパー

※ 保湿用クリームまたはオイルなど



- ② プライバシーの保護のため、隙間なくカーテンを閉めます。介護者の位置や言動にも注意が必要です。また、室温の調整も欠かせません。

- ③ 陰部洗浄の必要性和これから実施することを説明し、了解を得、全身の状態を観察します。
- ④ 洗浄により刺激が与えられ、尿意を催す場合がありますので注意しましょう。

事例に学ぶ陰部洗浄のヒント

毎日の洗浄で陰部のしつこい汚れをなくす

福井大学医学部付属病院の中でもおむつの使用者が多いのが神経内科と消化器内科の病棟。この病棟を担当する山越看護師長は「毎日の陰部洗浄を習慣にすることが大事です。毎日洗えば汚れがしみついて臭うこともありません」と話します。ちなみに、洗浄にかかる時間は「ひとり 5～8 分程度」、洗浄の習慣化で陰部のケアに費やす 1 回あたりの時間も短縮されています。

病棟では、濡らしたディスポガーゼ（使い捨てガーゼ）で陰部の汚れを拭いてから、洗浄液で洗い流すという方法で陰部洗浄を行います。洗浄の際には、強くこすると皮膚を傷めるため、軽くパッティング（叩く）する方法で行うよう努めています。洗浄の際は防水シートを敷かず、吸水性にも優れているおむつを広げて、その上ですべての作業を実施しています。

STEP2 洗浄

- ① 側臥位にしておしりの下に防水シート（介護用シート）を敷きます。
- ② 仰臥位にし、おむつを開き、皮膚の状態を観察します。排便時はペーパーで便を除去します。
- ③ 恥骨部～そけい部にタオルを置き、腹部・背部にお湯が流れるのを防止します。
- ④ 膝を曲げ、両下肢を広げます。
- ⑤ 外陰部全体にお湯をかけ、石鹸を十分に泡立てたガーゼで洗います。
- ⑥ 石鹸分を十分に洗い流します。
- ⑦ 乾いたタオルで押さえ拭きをして、しっかりと水分を拭き取ります。
- ⑧ 側臥位にして、臀部→肛門部後方を、石鹸を十分に泡立てたガーゼで洗います。
- ⑨ 石鹸分を十分に洗い流し、乾いたタオルで押さえ拭きをして、しっかりと水分を拭き取ります。
- ⑩ 汚れたおむつ、防水シートを取り除き、新しいおむつを装着します。
- ⑪ 安楽な体位にし、最後に利用者の状態をもう一度観察し、ケアが終了したことを伝えます。

☆洗浄ケアのチェックポイント

- * 皮膚・粘膜ともに傷つきやすい部分なので強くこすらないようにします。
- * 陰部洗浄に使用する用具はガーゼなどの柔らかい布が適しています。女性の場合は、尿路感染症や性器への感染を防止するため、尿道口から肛門に向かって拭きます。
- * 二面の接している部分（陰唇、陰茎と陰囊、陰囊と肛門部側など）は汚れやすく、汚れが除去しにくい部分のため、汚れが残らないようていねいに洗います。
- * お湯の温度は 40℃ぐらいが適温。介護者の上腕内側で温度を確認した後、ご本人にも確認します。
- * 石鹸は十分に泡立てないと高濃度の石鹸水溶液が皮膚に付着し、それが刺激となり皮膚のバリア機能を低下させる恐れがあります。また、泡立てることで洗浄作用を高くし皮膚表面の汚れを効果的に除去することができます。さらに泡立てて洗浄した方が、洗浄後に皮膚が正常の機能を取り戻す時間が短い傾向にあることが、これまでの研究で確認されています。
- * 石鹸を用いる場合は、よく泡立ててから使用し、最後は石鹸成分が残らないように洗い流します。皮膚に石鹸成分が残っていると、それが刺激となり、新たなスキントラブルの原因となることがあります。

STEP3 経過観察・記録とアセスメント

① 洗浄時の観察

排泄物の性状と量、おりものの有無と性状・臭い、陰部及び周辺の皮膚、粘膜の状態を必ず観察します。また、発赤、ただれ、傷、浮腫などの有無の確認も欠かさず行います。そのほか、利用者の表情や言動、全身状態も確認します。

② 記録とアセスメント

洗浄ケアの度に観察した利用者の状況をアセスメント表に記入します。スキントラブルに関する評価基準・表記方法も統一し、スタッフ間で情報が共有できるようにします。

③ 経過観察とアセスメントでスキントラブルが減らず、悪化傾向にある利用者については医療スタッフへ速やかに相談します。発赤・かぶれなどを軽視したことが褥瘡などの重篤な結果を招くこともあります。