

「老後の不安」について学ぶ

北播磨・丹波地区研修懇談会

北播磨地区と丹波地区合同の研修懇談会が7月21日(日)西脇市市民交流施設『オリナス』で開催されました。会場には、会員・家族と非会員、世話役の幹事のほか、講師の皮膚・排泄ケア認定看護師(WOCN)、販売店合わせて28名が参加しました。

懇談会は由良副支部長、宇高幹事の進行で始められ、まず講師をお願いした西脇市立西脇病院の山本直美 WOCN から「老後の不安」についてお話しして頂きました。

講演の後、全員が自己紹介をし、その中で出された疑問などには山本 WOCN からお答え頂きました。

約20分の休憩時には、ほとんどの方が販売店の装具展示を見に行かれていましたが、中には何十年と同じ型の装具を使い続けておられる方がおられ、新しい装具や周辺製品の説明を熱心に聞かれていました。



【北播磨・丹波地区研修懇談会(西脇市)】

この後、男女のグループと乳児の親子さんの3つのグループに分かれて懇談、交流を行いました。

このうち女性グループでは、「ガスがたまるので食べ物ほどの様に注意すればいいのか?」「25年位同じ装具を使っている方がおられる。是非ストーマ外来にいくべき!」「装具の単品系と2品系のメリットやデメリットは?」「いろいろな疑問があればオストミー協会を利用すべき」など。また、男性グループでは「90歳を越えられた方が自分で装具交換をされ、訪問看護なども定期的に使うなど前向きな生活をされている。老後の不安を克服されているお手本の様な方」「病気の治療の副作用を乗り越えていくには、何かをやり遂げたい!という強い意志が重要」など。このほか、乳児の親子さんは「ストーマの認識」「友達との接し方」など今後想定される問題をあげておられました。

懇談には、サポート参加の中垣茜(県立丹波医療センター)、藤原有里(ささやま医療センター)、高橋桂子(三田市民病院)の3名のWOCNさんにも加わって頂き、丁寧な助言、指導を頂きました。山本 WOCN の講演は次の通りです。

◆「老後の不安について」 西脇市立西脇病院 皮膚・排泄ケア認定看護師 山本直美さん

◎退院後1年間に起こりうる問題

- ・身体面：①晩期合併症 ②排尿/性機能障害 ③転移・再発 ④加齢変化
- ・精神面：①ストーマ受容 ②身体像の変化 ③ストレス
- ・経済面：①ストーマ用品などの必要経費 ②収入減
- ・社会面：①労働 ②環境 ③保険・医療・介護・福祉制度

◎オストメイトの3つの不安

- ①外出時の不安 ②災害時の不安 ③老後の不安

◎老後の不安

- ①自分で装具の交換ができなくなる…45%



②周りに交換を頼める人がいなくなる…16%

- ❖ 誰にも頼れなくなったときの装具交換について、相談先、依頼先がわからないなど、不安を抱えている人が多いということは、切実な問題であり、協会が取り組んでいる3つの不安解消のうちの1つでもあります。
- ❖ 「老後の不安」について、介護関係や地域社会との連携を図りながら、さらに力を入れていくべきだと考えます。同時に、突然装具交換ができなくなることを想定し、その日のためにオストメイト自らの自助努力が大切なことをもっと啓発していく必要があります。

◎ストーマケアの指導

①ストーマケアにおけるキーパーソンの存在意義

患者さんが疾患や障害をめぐる問題に対応するためには、情報を共有し、共に考えていける重要他者（家族またはそれに代わる重要他者）としてのキーパーソンの存在が欠かせないと考えています

②ストーマケア指導の対象者

優先度1…家族：配偶者、親子（義理親子）、兄妹、孫

優先度2…訪問看護師、デイサービス看護師、施設看護師、転院先の病院看護師など

③ストーマケア指導内容（主に病棟看護師が行う）

- ・ストーマ装具交換手技：必要物品、ケア手順
- ・ストーマのある生活指導ストーマ装具の申請方法
- ・身体障害者手帳（永久ストーマのみ）申請方法
- ・ストーマ外来について

④ソーシャルサポート

- ・個人を取り巻く人（家族を含む友人、同僚、専門家など）から得られるさまざまな援助のことで、ストレス発生を緩和させる働きがある
- ・オストメイトが社会に適応していくためには、ソーシャルサポートは重要な役割を果たすことを理解している

⑤ストーマケアにおける多職種連携

- ・ストーマケアにおける多職種によるチームアプローチ個別的なストーマケアをすすめていくために必要不可欠
- ・ストーマケアのチーム医療に期待される効果
 - 患者のQOLの向上、患者のエンパワメントの促進、セルフケアの早期確立、早期社会復帰、継続ケア、合併症の予防と早期対処

◎ストーマケアが突然できなくなる！！あなたは？

第1候補者…家族：配偶者、親子（義理親子）、兄妹、孫

第2候補者…訪問看護師、デイサービス看護師、施設看護師、転院先の病院看護師など

❖あなた・介護者が、ストーマケアが突然できなくなる前に

- ・ストーマケア協力者あり：家族：配偶者、親子（義理親子）、兄妹、孫→ストーマケア指導を受けていただきます（毎日・週3回・週2回＋適宜相談）
- ・ストーマケア協力者なしの場合：

- ⇒
- ケアマネジャーさんに相談する（契約されている場合のみ）
 - お住いの地域包括支援センターに相談する
 - かかりつけ医に相談する
 - ストーマ外来通院中であれば患者相談窓口
に相談する

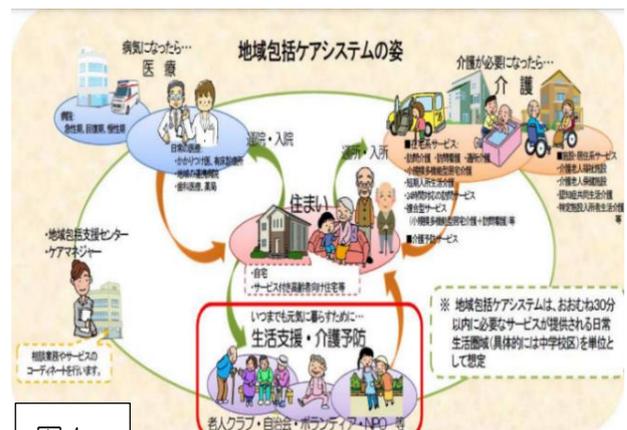


図1

◆地域包括支援センターについて（図1参照）

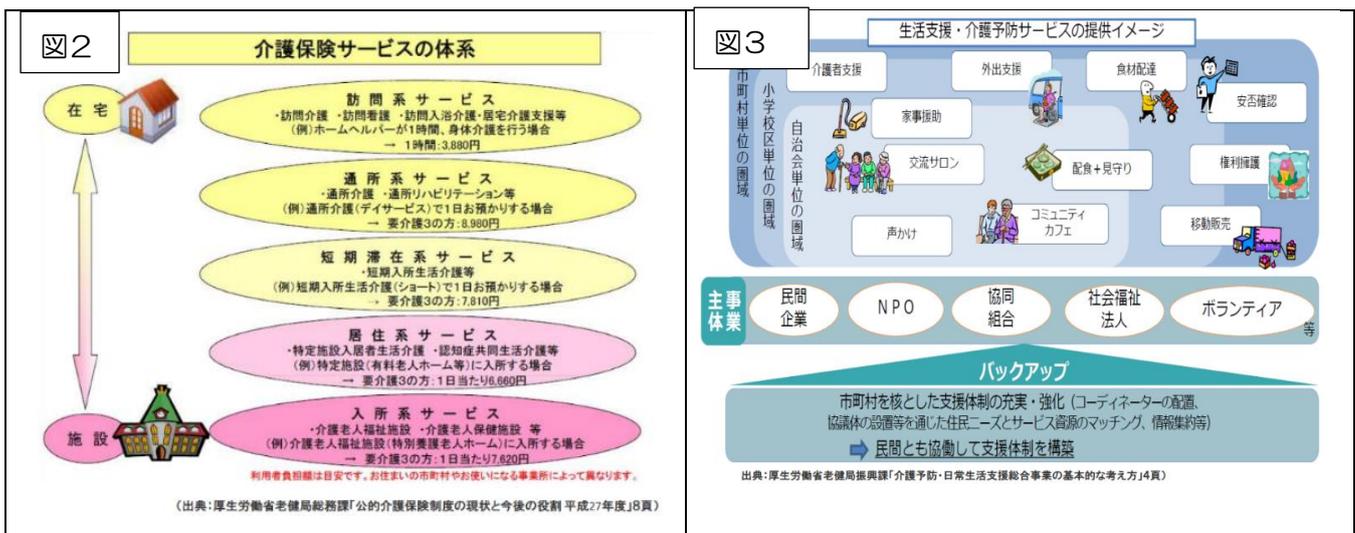
地域包括支援センターは、地域の高齢者の総合相談、権利擁護や地域の支援体制づくり、介護予防の必要な援助などを行い、高齢者の保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援することを目的とし、地域包括ケア実現に向けた中核的な機関として市町村が設置しています。

◆介護保険サービスについて（図2参照）

◆家族介護者支援について

世帯が抱える課題が多様化する中、高齢者が住み慣れた地域で安心した暮らしを続けていくためには、介護を必要とする高齢者のみならず、家族介護者も含めて社会全体で支えていくことが必要です。このため、自治体における家族介護者を支えていくための必要な取組を推進しています。

◎住み慣れた地域で自分らしい暮らし、生き方を人生の最期まで続けることができるために



【参加者の感想から】

- ・ いろんな情報が聞けて本当によかったと思います。これからもいろんな会に参加出来たらうれしいと思います。まだまだ試行錯誤の連続ですので、今後もよろしくお願いします。老後のことは、また考えていかなければと思いますが、目の前のことに精一杯なもので。(60代、女性、コロ、会員、丹波、会報で知った)
- ・ サンプルをいろいろ頂けてよかった。(60代、女性、コロ、会員、丹波、会報と案内ハガキで知った)
- ・ 有意義なお話を聞かせて頂き、安心して暮らせそうです。私よりもっと大変な生活をされて居る方がおられることを、知りました。(90代、男性、コロ、会員、丹波、会報で知った)



サポート参加の3WOCNさん



装具の展示コーナーは人だかり

講演内容の詳細は、[こちらから](#)みれます。