

日本オストミ―協会兵庫県支部

入浴研修会

2024年5月19日(日) in しあわせの村



Q.お風呂は入れるの???

装具が剥がれないの？



身体の中にお湯が
入らないの？

A.もちろん、入浴できます!!

ストーマをつくった後でも、手術前と同じように入浴することができます。

入浴は、身体の清潔を保つ、
リラックス効果があり、
おすすめです。



Q.入浴するときはストーマ装具を
はずす？はずさない？

A.自宅での入浴は、どちらでもよい
です。

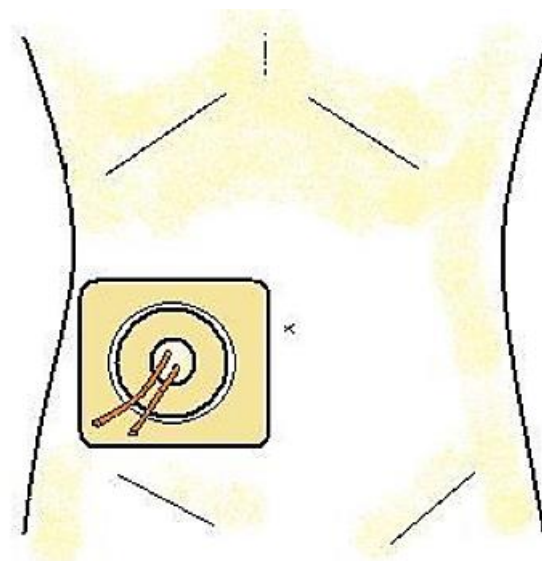
◆お腹の中の圧力の方が水圧より高いです。
浴槽内で身体の中にお湯が入ることは
ありません。

◆公衆浴場では必ず装具を
つけて入浴します。



◆回腸ストーマや尿路ストーマの方は装具をつけたまま入浴をおすすめします。

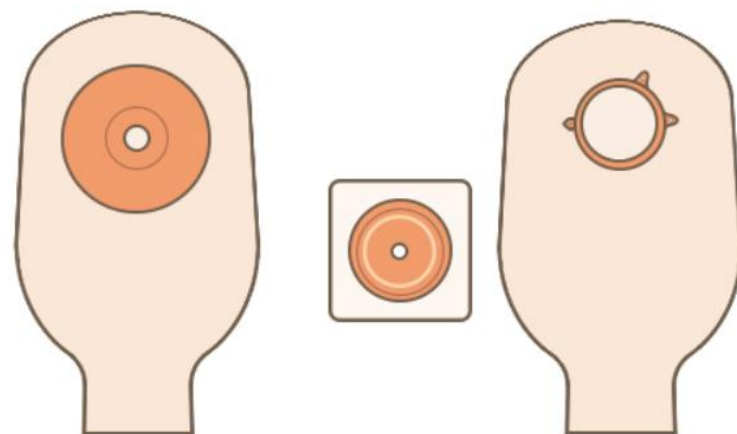
◆尿管皮膚瘻でステントが入っている方は、感染予防のために装具をつけて入浴してます。



Q.ストーマ装具をつけたまま
入浴できますか？

A.できます。

お湯の温度に十分に耐えられる
材質・構造なので、入浴しても
問題ありません。



Q.着替えるとき、身体を洗う時、
湯船につかるとき、ストーマ装具が
はずれてしまう心配はありませんか？

A.日常生活において、ストーマ装具の交換
日数を守り、適切に取り扱ってれば、
はずれることはありません。



Q.入浴時に排便などがあった
場合はどうしますか？

A.入浴時に排便などがあってもストーマ
袋にたまるので問題ありません。
たまった排泄物等は入浴後にトイレで
流しましょう。



Q.他の利用者からの苦情に
対しては、どのようにすれば
よいですか？

A.その苦情がオストメイトによる故意や
過失によるものかどうかを確認して
ください。

根拠のない苦情であれば、
正しい理解を求めて
ください。



入浴のポイント

◆入浴前にストーマ袋内の排泄物を
廃棄しておきます。



入浴のポイント

- ◆浴槽でストーマ袋が浮かないようにテープやクリップ等を用いて、ストーマ袋を小さく折りたたみまとめます。



入浴のポイント

◆ストーマ袋にガス抜きフィルターがあるときはフィルター部分にシールを貼ります。

※消化管ストーマ用の装具のみ

※防水機能がありシールを貼らなくてもいい装具もあります。



入浴のポイント

- ◆装具の上から保護シートを貼ったり腹帯など巻いたりして、目立たなくしてもよいでしょう。（肌色であまり目立たないものを利用するとよいでしょう）



装具の上を保護シートで被います

入浴のポイント

- ◆ストーマ装具によっては、湯船に入ることによって皮膚保護剤が溶けることがあります。心配な方は面板の周囲に防水用のテープを使用することをおすすめします。



入浴のポイント

◆トラブルに備えて、装具セットを浴場に持参しましょう。



公衆浴場で入浴するときのポイント

- ① 公衆浴場では、必ず装具を付けて入浴しましょう。
- ② 装具は、前日に取り換えておくと剥がれる心配が少なくなります。
- ③ 入浴のタイミングは、食前か食後2時間以上たった排泄の少ない時間帯を選びましょう。



公衆浴場で入浴するときのポイント

- ④ 入浴時間帯は、利用客の少なそうな時間帯を選びましょう。
- ⑤ 個室や家族風呂を利用するのも一つの方法としてよいでしょう。



入浴前の脱衣場での準備

◆事前に浴場内のトイレを確認しておきましょう



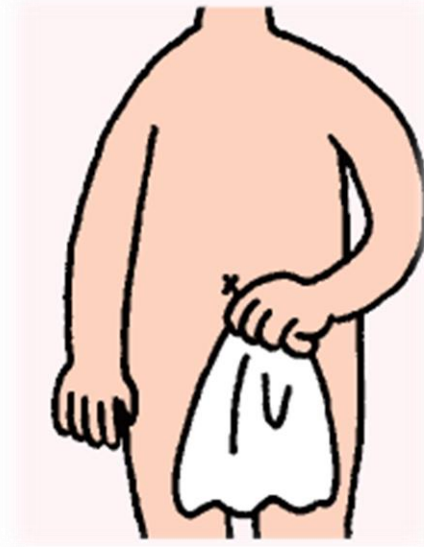
入浴前の脱衣場での準備

- ◆脱衣場では、照明が少し暗くなっているような目立たない場所を選びましょう。
- ◆脱衣所は、ストーマが右側にある人は右端を、左側にある人は左端を選びましょう。



浴室内について

- ◆移動するときは、装具の部分をタオルで隠しましょう。
- ◆洗い桶を持つと、タオルを入れることも出来るので便利です。



浴室内について

- ◆洗い場でパウチから排泄物を出してはいけません。
- ◆洗い場でパウチを脱着してはいけません
- ◆洗い場で面板を取り外し
ストーマを洗淨してはいけません



浴室内で人目が気になるときは

◆洗い場では、人目につきにくいように、

✓ストーマが右側にある人は右端

✓ストーマが左側にある人は左端

に座るようにしましょう。

◆浴槽内では、人の出入りが少ない場所に入り、装具は手で押さえておきましょう。



入浴後の脱衣場

- ◆装具についている水分は、乾いたタオルで拭き取ります。
- ◆入浴用の装具や保護シートを使用している場合
日帰り入浴のときは多目的トイレで、
旅館等に宿泊しているときは自室に戻ってから、
入浴用の装具や保護シートを
取り換えましょう。



入浴後の脱衣場

◆装具の密着がおかしいといった、異常を感じた時は、装具セットを持ってトイレで処理しましょう。

※ 脱衣場では装具の脱着は行わないで
ください



オストメイトの公衆浴場への入浴にご理解ください【厚生労働省】

オストメイト

(人工肛門・人工膀胱のある人たち)

の公衆浴場への入浴にご理解ください

様々な病気や事故などにより、お腹に排泄のための『ストーマ（人工肛門・人工膀胱）』を造設した人を『オストメイト』といいます。オストメイトはストーマ用装具を装着することによって、手術前と同じように社会生活を送ることが出来ます。

公衆浴場への入浴についても、ストーマ装具を必ず装着する等のルールやマナーを守って入浴すれば、便・尿などの排泄物が漏れたりすることもなく、衛生上の問題はありません。



オストメイトはストーマ用装具を装着することによって、積極的に社会参加をすることが出来ますが、外見ではわかりづらい内部障害であるため、社会的な理解が十分に進んでいない部分があります。

障害のある人の行動や社会参加を阻んでいるのは、物理面のバリア（障壁）に加え、周囲の人の偏見や差別意識といった心理面のバリアです。私たち一人ひとりが、障害についての正しい理解を深め、心をバリアフリーにすることで、障害のある人もない人もともに暮らせる社会を作って行きましょう。



厚生労働省 医薬・生活衛生局 生活衛生・食品安全部 生活衛生課

オストメイトの入浴Q&A

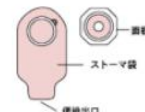
ストーマ装具を正しく装着していれば、入浴中に外れることはなく、衛生上何ら問題はありませんが、入浴施設側の理解不足や他の入浴者からの誤解と偏見によるクレームにより、オストメイトであることを理由に入浴を拒否される事例が各地で発生しています。

Q1. ストーマ（人工肛門、人工膀胱）って何ですか？

ストーマは、病気や事故のため、新たに腹部に造設された排泄口のことです。ストーマのある人をオストメイトと呼びます。ストーマからの排泄の管理に用いられるのがストーマ用装具です。ストーマには括約筋がないため、ストーマ用装具をお腹に貼って排泄をコントロールします。



ストーマの場所はお腹の右側、左側、左右両方など、人によって違います。



正しくストーマ装具をつけていれば、においや排泄物が漏れることはなく、お湯を汚すこともありません。

Q2. ストーマ装具とはどんなものですか？

ストーマからの排泄物をためるための袋です。防臭性があり、積層プラスチック製の使い捨ての製品です。

Q3. ストーマ装具をつけたまま入浴できますか？

お湯の温度に十分に耐えられる材質・構造なので、入浴しても問題ありません。

Q4. 入浴中に装具が外れる心配はありませんか？

オストメイトは定期的にストーマ装具の交換を行い、適切に装着していますので、入浴中に外れることはありません。

Q5. 入浴中にストーマから排泄があっても大丈夫ですか？

入浴中に排泄があっても、装具に溜まりますので問題はありません。また、装具内に排泄物が溜まっても、外に漏れる心配はありません。

Q6. オストメイトの入浴のルールやマナーって何ですか？

《ルール》 脱衣場や浴室、浴槽では必ずストーマ装具を装着して入浴します。

また、ストーマ装具を外したり、洗ったりしてはいけません。

《マナー》 他の入浴者の不快とならないよう、ストーマ装具内の排泄物は、あらかじめ捨ててから入浴します。

Q7. オストメイトを見かけたら、何か手伝えることはありますか？

特にありません。オストメイトはストーマを自己管理しています。オストメイトを特別扱いする必要はまったくありません。

