



ストーマ看護外来について

皮膚・排泄ケア認定看護師 石川 扶貴子

当院では2007年よりストーマ看護外来を行っています。「ストーマ」とは、手術によって腸や尿管の一部を直接体外に出した、便や尿の新しい排泄口です。ストーマには、人工肛門などの消化管ストーマと人工膀胱などの尿路ストーマがあり、消化管ストーマからは便が、尿路ストーマからは尿が排泄されます。ストーマには筋肉(括約筋)がないので、尿意や便意、ガスを我慢するなどの調整ができません。そこで、装具(専用の袋)をつけ、尿や便、ガスがたまってきたらトイレで排出処置を行います。

ストーマを造って退院した方々(オストメイト)に対し、医師が治療面でのフォローアップを継続する一方で、皮膚・排泄ケア認定看護師はストーマケアを指導したり、自立した生活を送るための相談役になります。このような対応を個別に行うのがストーマ看護外来です。

ストーマ看護外来の受診は、当院でストーマを造ったオストメイトのほかに、他の病院でストーマを造った方も利用できます。現在は1日に3~5名のオストメイトが受診に来られます。完全予約制となっており、プライバシーが守られた環境で、皮膚・排泄ケア認定看護師が個々の悩みやケアの相談を受けています。

ケア内容

- ・術前のケア(ストーマについて説明)
- ・ストーマやストーマ周囲の皮膚トラブルへの予防と対処方法
- ・ストーマ装具選択と装着方法
- ・新しい装具の情報提供
- ・日常生活上の問題と解決方法
- ・社会的資源(身体障害者手帳など)の情報提供



このようなサポートを行い、ご自身の身体の変化を受け入れ、日常生活をより良く過ごせるように支援していきます。

最近では、ストーマ造設後に化学療法などの体力を消耗する治療を受ける方も多く、できるだけ患者さんの負担が少ないシンプルなケアを目標に、患者さんと相談しながらケア方法を検討していきます。

ご利用された患者さんやご家族の皆様の声

- ・これから自分のことができなくなってきた時、どこに相談したらいいか分からなくて心配していました。相談できるところが見つかって安心しました。
- ・大変親身にご助言いただき、とても心強いです。
- ・漏れて困っていたから、どこにも出かけられなくて、夜も眠れなかった。手術した病院じゃないのに見ていただき、相談できてよかった。

災害対策

近年、各地で震災や風水害などの自然災害が続発しています。こうした災害が発生した際、オストメイトにとってストーマ装具の確保が重要です。万が一に備えて、ご自分で準備すべきことや居住地の自治体の災害対策などを確認しておきましょう。

□避難時の手持ち用装具として、装具・アクセサリーは2週間分まとめ、面板はストーマサイズに合わせてカットしておきましょう。

□日頃から「緊急交換装具」として1~2セット持ち歩くようにしましょう。

□緊急連絡用の携帯メモを作って普段から持ち歩くようにしましょう。



そのほか、在宅で褥瘡(床ずれ)や失禁(便や尿が漏れること)によって起こる皮膚障害でお困りの方、胃ろう造設後に生じた皮膚障害などでお困りの方の相談もお受けしています。主治医または患者支援センターまで申し出てください。

