

ライフリー いきいき通信

CONTENTS.....

- 巻頭特集 今、知っておきたいIAD(失禁関連皮膚炎)
- Interview 実践中のIAD対策について、WOCナースに伺いました
一般財団法人甲南会 六甲アイランド甲南病院
富山県厚生農業協同組合連合会 滑川病院

今、知っておきたい アイエイディー IAD(失禁関連皮膚炎) その予防のための スキンケアとは?

超高齢社会を迎えた今、褥瘡やスキンケア(皮膚裂傷)など、高齢者特有の皮膚障害への対応は、医療者のみならず介護関係者にとっても見過ごせない問題となっています。近年、注目されているIAD(Incontinence-Associated Dermatitis 失禁関連皮膚炎)もそのひとつです。IADのメカニズムとケアについて、日本看護協会の溝上祐子先生に教えていただきました。

皮膚の最大の役割はバリア機能にあり!

IADのことを理解するために、まずは皮膚の役割や構造について知りましょう。皮膚の最大の役割は、外的刺激から体を守るバリア機能です。皮膚は大きく表皮・真皮・皮下組織(皮下脂肪)からなり、さらに表皮は4つの層で構成されています。表皮の一番下の基底層では日々新しい細胞が生まれ、分化した細胞がレンガのように積み重なって、表層へと押し上げられていきます。最も表層の角質層は、水分保持機能を持つセラミドなどの脂質で細胞と細胞の間が埋められており、さらに皮脂腺から出された皮脂や汗などで表面をコーティングされています。

つまり健康な皮膚では、水分の蒸散を抑えて、外的刺激から保護する皮脂膜(1次バリア)と、皮膚内の水分を保持して潤いを保つ角質層(2次バリア)の2つのバリアが機能しているのです(図1-①)。

加齢とともに皮膚は薄く、ドライになる

それに対して、高齢者の皮膚はどのような状態にあるのでしょうか? まず加齢とともに細胞分裂の能力が低下し、表皮が薄くなります。またターンオーバー(生まれた細胞が表層まで押し上げられ、垢となって剥がれ落ちるまでの周期)も遅くなるため、角質層が古く厚ぼ



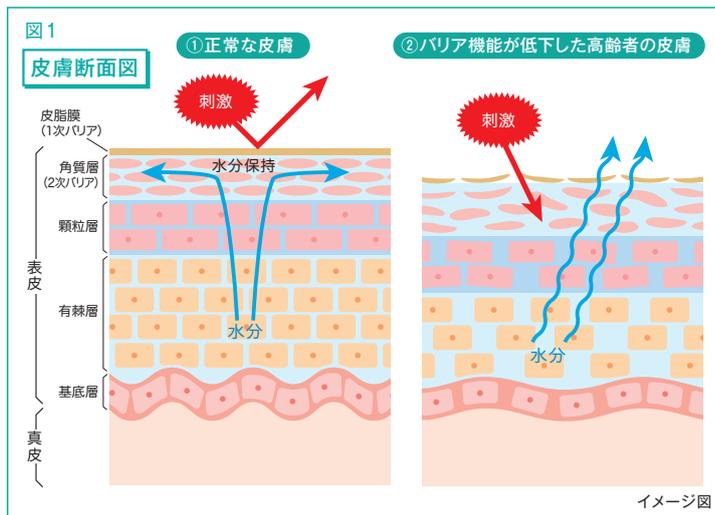
公益社団法人日本看護協会 看護研修学校
認定看護師教育課程長

溝上祐子先生

1982年東京都立荏原看護専門学校卒業、東京都立清瀬小児病院勤務。87年クリーブランドクリニック分校聖路加国際病院ETスクール修了。2001年日本看護協会看護研修学校WOC看護学科専任教員。05年武蔵野大学院人間社会・文化研究科修士課程修了。2010年より現職。日本褥瘡学会理事、日本創傷・オストミー・失禁管理学会監事、日本下肢救済・足病学会理事。『早わかり 褥瘡ケアノート(編著)』(照林社)など著書多数。

つたくなります。加えて細胞間脂質が減少した上、毛包や皮脂腺からの汗や皮脂の分泌が低下し、表皮の潤いが保たれなくなります。さらに真皮内のコラーゲンやエラスチンといった線維や皮下脂肪も減って弾力性がなくなり、物理的刺激に弱くなります。皮膚が薄く、ドライスキンで、バリア機能や物理的抵抗力が落ちている——これが高齢者の皮膚の特徴です(図1-②)。

そして、こうした高齢者特有の肌が、尿や便の水分によって浸軟することで引き起こされるのがIADなのです。



イメージ図

おむつ使用高齢者の大敵 IADのメカニズムとケアについて知ろう!

高齢者の脆弱な皮膚が 浸軟することでIADに!

IADは、その名の通り、尿失禁や便失禁で、排泄物が皮膚に接触することにより起こる皮膚炎であり、おむつをすることが常態化した高齢者にとって深刻な問題となっています。高齢者の肌は、バリア機能が低下し、体内の水分が蒸散しやすい一方、尿や便の成分が細胞の隙間からしみ込みやすくなっています。そもそもおむつ内は蒸れやすい環境です。よって、皮膚の浸軟(ふやけ)が起こりやすく、さらに尿や便の過度の水分が加わると細胞が膨潤し、細胞の結びつきがよりルーズになってしまいます(図2)。結果、たとえば便に含まれた消化酵素などの刺激物が真皮層にまで浸透し、皮膚表面だけではなく、組織の内側からも傷害されてしまうのです(図3)。また浸軟した皮膚は、摩擦やずれといった物理的な力がほんのわずか加わるだけでも大きなダメージを受けます。すぐに発赤やびらんなどができてしまいます(写真1)。

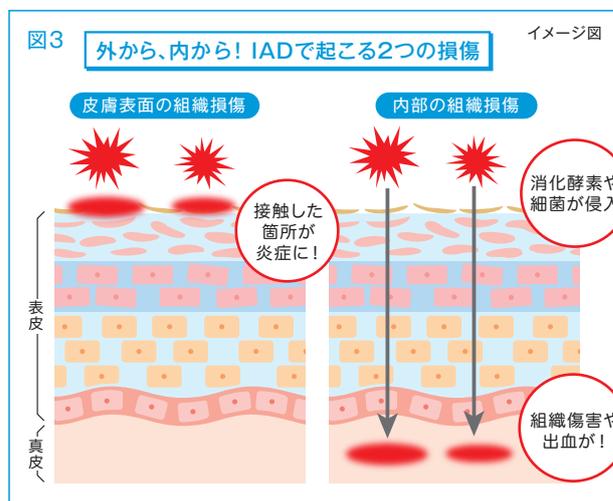
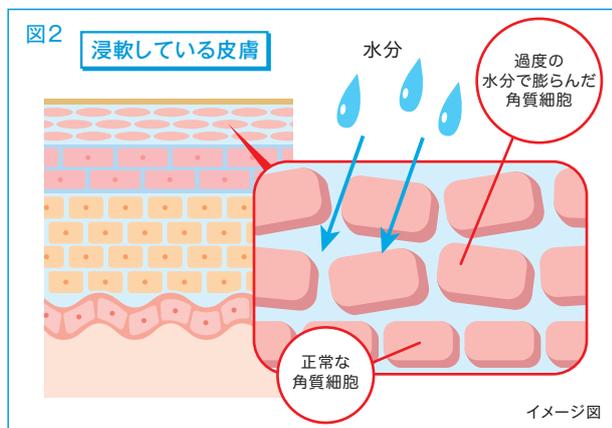


写真1 浸軟した皮膚



IAD予防に大切な、 自立排泄への取り組み

では、IADを予防する上で、何が大切になるのでしょうか? まずは自立排泄への取り組みです。浸軟のもととなる尿、軟便・水様便の排泄はおむつにではなく、やはりトイレで行うことが望ましく、**排尿・排便コントロールに力を入れて、自立排泄を支援することがIAD予防の近道**だといえるでしょう。とはいえ、ADLの低下や下痢を免れない疾患を抱えた方の場合、おむつはどうしても欠かせません。そこで徹底したいのが予防的スキンケア、そして正しいおむつの選定と使用です。

ご存知ですか?



皮膚・排泄ケアのエキスパート WOCナース

日本看護協会が認定した皮膚・排泄ケア認定看護師は、皮膚・排泄ケアのエキスパートで、WOCナースとも言われています。WOCはWound(創傷)、Ostomy(ストーマ)、Continence(コンチネンス:排泄がコントロールできた状態)の頭文字。IADなどのスキントラブルについても確かな知見をもち、医療現場で実践・指導・相談にあたっています。



尿失禁・便失禁ケアのポイントがわかる
『排泄ケアガイドブック』
(照林社)



IADの予防・管理のための実践的なテキスト
『IADベストプラクティス』
(照林社)

WOCナースも使うテキストです。ぜひ介護スタッフの皆さんも一読を!

バリア機能が低下した高齢者の肌は、
とってもデリケート。
やさしいスキンケアを心がけましょう



IAD予防のためのスキンケア。 「洗浄(清拭)」「保湿」さらに「保護」の徹底を!

洗浄(清拭) 1日1回は洗浄剤を用いて陰部・殿部の洗浄を行いましょ。その際、ごしごし擦ることは禁物です。浸軟してバリア機能が低下した肌を擦ると、それだけでIADリスクは高まります(写真2)。洗い流したあとは、丁寧な押さえ拭きを。とくに鼠径部や臀裂部は蒸れやすく、水分が残ると、カンジダ症などの真菌感染が起こりやすくなります。しわの間も丁寧に伸ばして行いましょう。拭きとりには、ソフトで吸水性が高く、使い捨てタイプの製品が適しています。洗いざらしたタオルは物理的刺激が強く、感染面でも不安が残るので避けましょ。また清拭はおむつ交換ごとに行います。柔らかく、摩擦抵抗の少ないおしり拭きなどを用い、擦らずやさしく拭きとってください。

写真2 IADが発生した皮膚



保湿 保湿は洗浄とセットで行うのが鉄則です。お風呂上がりに保湿クリームを塗る方は多いと思いますが、お湯に浸かった肌は水分が蒸散しやすい一方、いわば浸軟した状態でもあり、浸透・吸収力が高まっています。洗浄直後は、保湿に最適なタイミングなのです。高齢者のスキンケアも同じこと。手早く、まんべんなく保湿ケアを行ってください。その意味で、保湿剤はのびがよく、さーっと肌表面に広がる水溶性のものがおすすめです。

保護 便が皮膚に付着したり、皮膚の水分蒸散を防ぐため、皮膚表面をバリアする保護剤の塗布も重要です。とくに軟便・水様便などのIADリスクの高い方には欠かせません。洗浄・保湿・保護がオールインワンになったタイプの製品も便利だと思います。

IAD対策では、おむつの 選び方、使い方も大切な鍵

選び方 吸収性・通気性がよく、摩擦・ずれを軽減する高機能な製品がよいでしょう。その方の1日の排尿量や体形に合った容量、サイズを選ぶことも大切です。

使い方 モレが心配だからといって、パッドを何枚も重ね付けするのはやめましょ。いくら通気性が高い製品でも、重ねることで通気性を損ない、浸軟を助長するからです。交換の際に、ひっぱって外すのも禁物です。ギャザーが鼠径部にフィットしているかどうかよくチェックましょ。

スキンケアは日中に!夜間は十分な睡眠を! 生活リズムを整えましょ

吸収量の多いおむつを選択し、夜間はぐっすり眠れるような環境づくりも大事です。そのためにも洗浄などのスキンケアはぜひ日中に行ってください。朝は太陽の光を浴びて目覚め、昼は活動したり、スキンケアを行って、夜は良眠を確保する——生活の中にタイミングよくケアをとりいれて、1日の生活リズムを整えることは認知症予防の観点でも大切です。

確かなケアで、スタッフの負担軽減と 高齢者のQOL向上を実現する

ひとたびIADが発生すると、痛み・かゆみがひどく、大変つらい思いをされます。ケアをする側もIADを発生させた自責の念にかられる上、その後のケアにはいっそう慎重にならざるを得ず、さらに労力もかかります。結局、日々の予防的なケアと、高機能な製品を適正に使うことが最良の対策となるのです。

昨今の働き方改革の流れの中で、医療者の労働時間短縮が進んでおり、今後は医療的ニーズの高い高齢者の方も、どんどん病院から地域、在宅へとシフトしていくはず。介護スタッフの皆さんには、ぜひ褥瘡やスキンケア、そしてIADへの理解を深め、トラブルを未然に防ぐケアを進めていってほしいと思います。



一般財団法人甲南会

六甲アイランド甲南病院

(兵庫県神戸市)

神戸市東部の基幹病院として地域の信頼を集める六甲アイランド甲南病院。同院の松尾知子副師長は、専門外来でのコンサルテーション業務や病棟でのケア・指導に日々力を注いでいます。入院セットに各種ライフリー製品を採用されたことで、IAD(失禁関連皮膚炎)や褥瘡の予防を図りながら、スタッフのさらなる意識啓発を進めています。



スタッフの意識啓発を進め、 皮膚・排泄ケアの質向上を めざしています

松尾知子副師長

(皮膚・排泄ケア認定看護師)



入院セットの導入を好機とし 手技の統一を図る

皮膚・排泄ケア領域で学ぶべきことはたくさんあります。IADについても院内で勉強会を開催し、知識習得に励んでいます。病棟ラウンドの際には、看護師、看護補助者におむつ交換や洗浄の指導を行い、手技レベルを高めています。皮膚・排泄ケアはややもすると関心が低くなりがち。気づきも工夫も、まずは関心を持つことから生まれます。予測的・予防的なケアを提供する上でも、スタッフの関心を高めることは大切です。そのために行えることから着々と取り組んでいます。

5年前にスタートした入院セットサービスも、ケアを見つめ直し、手技統一を図る好機としました。患者さまの持ち込み製品ではおむつの当て方や交換回数、製品の使用方法がバラバラで、手技統一がままならなかったからです。入院セットには各種製品を採用しました。当初は、多様な製品を使いこなせるか不安もあったのですが、勉強会を開いたり、現場と一緒に、病院全体へと展開していきました。今もユニ・チャームさんの協力の下、フィッティングトレーニングを定期的で開催。意識啓発も進んでいます。

ご使用のライフリー製品

- SkinCondition
- おしり洗浄液Neo
- お肌にやさしい
ウエットタオル



簡単・安心な製品で ケアの質とQOLの向上を実現

スキンケアは皮膚・排泄ケア領域すべてに共通する基本。私はWOCナースとして、スキントラブルを未然に防ぐ視点を大切にしています。その観点から、「SkinCondition」は、パッド自体から褥瘡予防が図れば…と期待して採用しました。同時に、おむつの使い方や交換回数も見直しました。重ね使いをやめ、交換回数を減らして睡眠時間の確保にも努めた結果、より快適にお過ごしいただけるようになったと思います。

また、清拭・洗浄では「おしり洗浄液Neo」「お肌にやさしいウエットタオル」を使っています。当院では、石けんを泡立てて洗ったり、Neoで汚れを洗い流したり、洗浄剤による陰部・臀部の清潔ケアを徹底しています。Neoは洗いつつ保湿もでき、短時間でケアが可能です。人手の少ない夜勤帯や、処置中で体勢が限られるケースでも使い易く、スタッフの負担も軽減されて好評です。

ウエットタオルは、個包装なのでタオルウォーマーで温めて使え、何より衛生的です。使い切れず余った分の処理に困ることもなくなりましたし、厚手でしっかり拭き取れる点も良いと思います。



患者さまの皮膚状態を見れば、看護の質がわかるといわれます。IADや褥瘡の予防も視野に入れ、今後もたゆみなくスタッフの意識啓発を図り、確かなケアをめざしていきます。



富山県厚生農業協同組合連合会

滑川病院 (富山県滑川市)

市内唯一の公的総合病院である滑川病院。地域に寄り添った医療を探求する同院で、褥瘡対策チームのリーダーを務め、皮膚・排泄ケア領域の窓口として活躍しているのが横山真代看護師です。1か月の試用で効果を感じたライフリーの尿とりパッド「SkinCondition」の導入を機に、ケアの質をより高め、病院一丸となった褥瘡、IAD対策をめざしています。



IAD、褥瘡予防に 寄与する製品を選び、 心の込もったケアを追求します

横山真代看護師
(皮膚・排泄ケア認定看護師)



おむつ内環境に目を向けた ケアを進めて、変化を実感

当院に入院されている褥瘡患者の大半がおむつ使用者で、おむつ内環境の改善は褥瘡対策チームの大きな課題です。最新の皮膚・排泄ケア製品の情報収集もWOCナースの役目のひとつ。「SkinCondition」も、ユニ・チャームさんのお話を伺い、さらに褥瘡学会のブースで詳細を聞いたことから試用の運びになりました。ちょうど、発赤やかぶれで苦しんでいる患者さまについて、担当看護師から相談があり、その方に使ってみようとなったのです。ただ当初は、摩擦・ずれを軽減するというスライドシートを見て「こんなに薄くて本当に効果があるの?」と半信半疑でした。けれど、その心配は杞憂でしたね。おむつ内環境から見直したケアを進めたことで、肌状態はみるみる改善しました。その間わずか1か月。IADリスクを高める浸軟も軽減され、特におむつ内がムレがちになる夏場には活躍してくれそうだと感じました。何より患者さまの変化を目の当たりにしたスタッフが、ケアへの関心を高めてくれたことがうれしかったですね。

褥瘡等の処置で使っているライフリーの「吸収シート」も吸水性がよく、現場で重宝しています。当院では入院セットの導入を検討していますが、「SkinCondition」は試用の好結果を受け、全病棟での採用を見込んでいます。

院内の多職種が連携。 皮膚・排泄ケアの強化をめざす

昨年、尿道カテーテル早期抜去と排尿自立を支援する排泄ケアチームが発足しました。今後は褥瘡対策チームとも連携し、多職種一丸での褥瘡、IAD予防、そして自立排泄支援の強化を図っていきます。中でもIADは、皮膚表面のみならず内部組織まで障害されるだけに、患者さまの苦痛も大きく、治療も大変です。だからこそ大切になるのが日々の予防的ケアであり、基本となる「洗浄・保湿・保護」の徹底も進めていきます。

私は、背抜きの際には「自分の手はいくらこすっても、患者さんの肌は絶対こすらない」ようスタッフに伝えています。そうした小さな心がけひとつ、気持ちの込もったケアができるかどうか、結果に違いを生むと思います。たとえ高機能なケア製品を導入してもおざなりな使い方では意味がありません。手技に関しても、統一化やレベルアップを図り、患者さまによりやさしい看護ケアを追求していきたいと思っています。



ご使用の
ライフリー製品

- SkinCondition
- 吸収シート





最先端のおむつやスキンケア用品でケアの質を高めましょう

IAD対策に良質な排泄ケアを

一晩中安心さらさらパッド

Skin Condition

肌への摩擦・ずれ力を逃がし、負担を軽減!

世界初!^{※1}

肌への摩擦・
ずれ力^{※2}を低減

おしりさらさら
長時間キープ



詳しくはこちら



ケアに役立つずれのメカニズムと製品の特徴を
ムービーでご紹介しています

<http://www.unicharm.co.jp/HC013/>

※1: 製品後部の肌側に低摩擦シート、カバーシートを有し、カバーシートが低摩擦シートの上を滑ることにより身体の動きに追従し、ずれ力を低減する構造(主要グローバルブランドにおける大人用尿取りパッド対象 2017年7月ユニ・チャーム調べ)
※2: 体圧のかかった状態で身体がずれた時に肌とおむつの間にかかる力

のび~るフィット[®]テープ止め

仙骨座りによる圧を抑制、理想の離床促進を。

世界初!^{※3}

すっきりフィット構造

のび~るテープ[®]



詳しくはこちら



世界初の機能をムービーでご紹介しています

<http://www.unicharm.co.jp/HC014/>

※3: 左右一対の吸収体スリット幅がサイド吸収体幅より広い構造。(主要グローバルブランドにおける大人用テープおむつ対象 2018年6月ユニ・チャーム調べ)

おしり洗浄液Neo

スキンケアの3大要素
「洗浄」「保湿」「肌保護」を
1ステップで簡単ケア

選べる
2種類の
香り



さわやかな
石鹸調の香り

リフレッシュできる
グリーンシトラスの香り

スキンケアサポート用品

やわらかくお肌にやさしい、感染対策に最適な使い捨てタイプ

さらさらからだふき

超やわらか吸水タオル

お肌にやさしい
ウェットタオル



個包装
タイプ

超大判!

ドライ
タイプ

吸収シート

介護用シート



まわりを
汚さない
シート



登録
無料

読者1万人以上!

ユニ・チャーム
排泄ケア研究所
メールマガジン



〒108-8575 東京都港区三田3-5-27
住友不動産三田ツインビル西館
ユニ・チャーム株式会社 TEL. 03-6722-1009

排泄ケアナビ
<http://www.carenavi.jp/>

