

## オストメイトの生活ニーズ



社団法人日本オストミー協会では、オストメイトの社会的認知拡大を進めています。オストメイトの抱えている障害および生活ニーズを正しく理解しオストメイトの社会復帰とQOL(生活の質)向上をサポートして頂くことにより、オストメイトの社会参加がより一層促進されるよう願っております。

### ■はじめに

オストメイトとは、人工肛門・人工膀胱(これをストーマという)を腹部に造設された身体障害者をいい、外見上では身体障害者とは判別しがたい。オストメイトは、手術による排泄部位と排泄処理方法の身体機能変化によって生じる。

### ■オストメイトの特徴

オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)は、排泄に関わることは他人に知られたくないとの思いが強く、社会的偏見もあって隠したがる傾向にあり目立たない存在である。

しかしながら、オストメイトにとっては生まれながらの大腸の一部または全部・肛門あるいは膀胱・尿道を手術によって切除され、新たに造設されたストーマ(排泄孔)から排泄することになる身体機能の変化は、大変ショックなことであり精神的なダメージが大きく、したがって事態の変化を認識し立ち直るのは容易ではない。いうなれば、自分だけが何の因果でこんなひどいことになったのか、これからの人生はどうなるのかなどの精神的な葛藤と他人と異なる身体となったことの屈辱感、先行きを予測できない焦燥感をどのように乗り越えていくかという問題である。

オストメイトが社会復帰するには、精神的に自立する努力のもとに、ストーマのセルフケアを確立すると共に家族など周りの理解と協力を得て、ストーマを受容し健常者とは若干異なるオストミー生活を新たに構築していかなければならない。

わが国におけるオストメイトの数は、18万人を超えると見られており、大腸がん・膀胱がんの発症との関係で高齢のオストメイト比率が高い。

### ■オストメイトの障害の様相

ストーマ造設は、大腸がん・膀胱がんなどのがん疾患のほか、潰瘍性大腸炎・クローン病などの炎症性疾患、先天性疾患などを治療するために手術によって行われる。人工肛門の場合は、切除して残った結腸或いは回腸の先端を排泄孔として腹部に固定するので括約筋がない状態となり、不随意に便が排泄されコントロールすることが不可能である。人工膀胱の場合は、多くは一部切除した回腸を導管としてこれに尿管をつなげて回腸導管の先端を排泄孔として腹部に固定するので括約筋がない状態となり、間断なく尿が排泄される。

ストーマの位置が腹部にあり、かつ排泄をコントロールできないために、オストメイトには排泄物を一時的に受けてトイレの便器へ排出するためのストーマ装具が必要となり、これをストーマの部位に常時装着しておかなければならない。このストーマ装具は、基本的には皮膚に接着させる粘着性のある皮膚保護剤の面板に排泄物を受けるパウチ(防臭性のある積層プラスチックフィルム製の袋)を固定する構造となっている。

皮膚保護剤面板の使用期間は、製品の粘着力の差異、排泄物の性状や皮膚保護剤を貼り付けるストーマ周囲の皮膚の状態などで個人差があるが、1日～3日程度或いは3～5日程度であり、パウチは排泄の都度交換するケースが多く見られ、いずれも消耗品である。ストーマ装具は、オストメイトが生きていくために日常不可欠な必需品であり、これを常に身近に確保しておかなければならない。

### ■日常的なトラブル

ストーマ部位の皮膚に接着する皮膚保護剤の面板は、装着後徐々に粘着力が劣化するほか水分に

溶けやすいので、排泄される便・尿や発汗によって剥がれやすくなる。このため、排泄物が皮膚と面板の間から漏れる或いは面板が皮膚から剥がれて排泄物で下着を汚す、臭いが漏れるなどオストメイトが動転するトラブルが時々起こる。

また、皮膚保護剤が溶けるほかに皮膚と皮膚保護剤面板の接着が不十分などの原因で排泄物が皮膚に付着すると、短時間で皮膚障害を起こすことになるので速やかに皮膚の清拭・洗浄、ストーマ装具の交換・装着などの処置をしなければならない。この処置が的確に行われないと、ただれなどの発症により皮膚の状態が悪化してストーマ装具の装着が困難になる。このほかに、皮膚保護剤の材質によるかぶれなども起こる。

## ■ストーマのセルフケアは生活の基本

オストメイトは、日常生活を維持するために退院したその日からストーマのセルフケアを実践していかなければならない。入院中のストーマケアは看護師が行ってくれるが、退院後のストーマケアは、退院時に看護師から指導を受けて基礎的な知識と技術を習得し、オストメイトが試行錯誤と失敗の中から体得していくことになる。

ストーマのセルフケアは、ストーマ装具からの排泄物処理およびパウチ交換をはじめストーマ装具およびストーマ用品の選択・購入・保管、ストーマ装具の装着・交換、ストーマと周辺皮膚の清拭・洗浄、スキンケアなど広範囲にわたっている。

このセルフケアの良否は、オストメイトの社会復帰やQOL（生活の質）を左右する要因の一つとなっているので、当協会ではET（ストーマ療法士）/WOC（創傷・オストミー・失禁ケア）ナーズの協力を得てストーマのセルフケアに関する知識と技術の啓蒙に、最大限の努力を払っている。

## ■オストメイトの悩み

健常者であったときには理解しがたいストーマと共に生きていくという現実には、オストメイトにとって、ストーマのセルフケアとストーマからの排泄という行動の制約に対処するため、少なからずライフスタイルの変更を余儀なくされるということである。

オストメイトは、ストーマを造設された時から悩みを家族にも相談できず一人で抱え込んでいる。また、ストーマに関する範疇は当事者でなければ理解できないので、独り悶々として過ごす日々が続くことになる。オストメイトの多くは、排泄物の漏れや臭いのトラブルを一度ならず経験しストーマ周囲の皮膚障害に時として苦しみ、ストーマ装具の装着が困難な事態になれば外出できなくなる。ストーマのセルフケアがうまくいかない、ストーマが不安などの理由で、外出など行動範囲を狭めているオストメイトもいる。

総じてオストメイトには、排泄にかかわる問題をはじめとしてストーマ周囲の皮膚トラブル対策のほかに、骨盤内手術に起因する性機能障害・排尿障害や腸閉塞・尿路感染症等の術後の合併症への対応、がんの転移・再発および原疾患等への不安が常について回る。

もちろん、身体機能の変化による精神的なダメージ、日常生活上の悩み・不安、排泄処理への対応などのほかに、夫婦関係・対人関係・職場での対処などの面でも問題を抱えており、多様な生活ニーズがある。また、若年層では就学・就労・恋愛・結婚・妊娠・出産などで大きなハンディキャップがあり苦悩している。

## ■オストメイトの日常生活

オストメイトは、排泄行為の面やストーマのセルフケア、合併症などの問題、日常的なトラブルなどを除けば、食事、入浴、衣服などのほか学校・職場・地域での生活、外出・スポーツ・旅行など日常生活上で特に制限を受けることはないといわれている。しかしながら、健常者とは異なり機能障害があるので注意すべき事項があり、ストーマに負担がかかることは極力避ける必要がある。

多くのオストメイトは、病院の看護師からこれらの指導を受けているが、当協会で開催しているオストミー講習会・体験交流会・相談会などのほか参考書やWebサイトのホームページなどで知識の吸収に努めている。

オストメイトは、ストーマや腹部に装着しているストーマ装具を他人に見られたくないという心理が強い。また、排泄に関わることはタブーという社会的偏見の中で、オストメイトであることを

他人に知られたくないという思いも強い。人工肛門・人工膀胱をストーマといい、蓄便袋・蓄尿袋のことをパウチと表現するなど当協会や医療関係機関で外来の用語を使用するのは、オストメイトの心理への配慮を反映している。

## ■不安から見た問題点と要望

オストメイトは、日常生活面でいくつかの不安を抱えている。当協会の生活実態調査に見られる不安からその問題点と要望の主なものをまとめてみる。

- ① オストメイトはストーマ装具がなくては家庭内でも生活ができないので、ストーマ装具を自宅に保管し、外出時はこれを身近に携帯しているが、災害発生の避難時にストーマ装具を持ち出せなかった場合は身動きがとれなくなる。

この対策として、当協会では地方自治体に対して災害発生時における避難場所でのストーマ装具の緊急支給を要望している。また、装具販売業者に対して、ストーマ装具を可及的速やかに自宅などへ配達する体制の確立をお願いしている。

- ② オストメイトの生活はストーマのセルフケアにより成り立っており、高齢になってもこれを維持していかなければならない。そして、自分でセルフケアができなくなったときは他人の手助けによりこれをカバーしていく必要があり、身体が不自由になったとき或いは寝たきりになったときに、公的サービスにより満足なストーマケアを受けられるよう切望している。

介護施設はもちろん在宅ケアにおいては、看護職と介護職の協働によるオストメイトの障害特性に配慮した機動性のある介護サービス提供をお願いしたい。現在、当協会では社会の理解を得て、ホームヘルパーでもストーマのセルフケア範囲内を代行できる体制の確立を要望している。

- ③ オストメイトは外出時に不安と緊張からトラブルを起こしやすく、常にアクシデントを心配しながら外出している。例えば排泄物や臭いが漏れたりするトラブルが発生した時は、パニック状態となり近くのトイレへ駆け込むことになるが、一般のトイレでは緊急処理が容易でなくオストメイトが困窮している。

オストメイトのバリアフリーとして、当協会では平成 11 年頃から公共的施設の身障者トイレや多機能トイレの中に、排泄物処理、ストーマ装具の交換・装着、ストーマ周囲皮膚の清拭・洗浄などトラブル発生の緊急時に対応可能な設備を備えるよう全国的にアピールしている。また、病院においても通院・入院の際に、オストメイトが便利にトイレを使用できるよう配慮されることを願っている。

最近、オストメイトの切実なニーズが社会的な理解を得て、この『オストメイト対応トイレ』が普及しつつあり、今後の期待は大きい。オストメイト対応トイレの入口には、オストメイトが入りやすいようにオストメイトマーク（案内用図記号）が表示されている。



オストメイトマーク

## ■終りに

近年、ストーマ装具の改良および病院におけるストーマケアの格段の進歩で、オストメイトのセルフケアもレベルの向上が見られるようになった。しかしながら、オストメイトは常に排泄に関わる面で緊張と不安の中に置かれているので、周囲の何気ない気配りと暖かい眼差しに救われることが多い。関係者のサポートによりオストメイトの社会参加が一層促進されることを願っている。

当協会は、オストメイトに対して精神的なサポートおよび生活の質的向上を図ることにより社会復帰を促進し、社会の理解を得てオストメイトが安心して暮らせる社会を目指して活動している。

社団法人 日本オストミー協会本部

住 所 〒124-0023 東京都葛飾区東新小岩 1-1-1 トラスト新小岩 901  
Tel 03-5670-7681 Fax 03-5670-7682 E-mail ostomy@joa-net.org  
URL <http://www.joa-net.org>