



# ストーマケアについて

## はじめに

今、ご家族の皆さんは、お子様がストーマをつくるということで、いろいろな不安でいっぱいのことと思います。うんちはどんなふう処理するのだろう、ストーマがあるとやってはいけないことあるのかな、などなど…。

ストーマは基本的な扱い方さえおさえれば、育児上、特に制限はありません。これから少しずつ「ストーマ」について勉強して、ストーマの扱い方も練習していただきます。どのご家族の方も、練習していく中で、とっても上手にケアができるようになります。さあ、一緒にストーマについて勉強して、少しずつストーマの扱い方の練習を通し、コツをつかみましょう。

## ストーマとは

ストーマとは、ウンチを出す目的でおなかに作られた粘膜の穴のことをいいます。ストーマは粘膜で覆われているので、みずみずしくて柔らかく、赤い色をしています。また傷つきやすく、出血しやすいのも特徴です。

ストーマはおしりの穴のように括約筋がないので、泣いたり力んだりしてお腹に力をいれると、すぐに排泄物が出てきます。そうすると、周りの皮膚が頻繁に排泄物にさらされることになり、ただれやすくなってしまいます。そういったただれから防ぐために、適切なケアが必要になります。

## 用語について

### ストーマ

ウンチを体の外に出すために、手術で作られた穴。

### ストーマ袋

ウンチをためる袋。

### ストーマ用装具またはストーマ用品

ストーマ袋や皮膚保護材などの総称。

### 皮膚保護材

ウンチが皮膚に付着してもただれないように、皮膚の上に使用するもの。粉状・練状・板状などさまざまな形状のものがある。

## 皮膚保護材のはたらき

皮膚保護材には、主に以下に示す働きがあります。

- 皮膚に密着しウンチを皮膚に付着させない粘着作用
- 汗やウンチの水分を吸収する吸水作用
- 皮膚に付着したウンチの刺激を抑える緩衝作用
- 細菌の繁殖を防ぐ静菌作用

皮膚保護材は、粘着力が強い時期に交換すると、剥離刺激によって皮膚障害を起こします。逆に一定の貼付期間よりも長く使用し続けると、粘着力が低下して、排泄物の漏れを生じ、また静菌作用や緩衝作用も低下することから皮膚障害を起こします。

ウンチの性状や量、皮膚の状態、発汗の影響などにより皮膚保護材の溶解の進行が異なることを覚えておいてください。

## ストーマ袋のウンチの出し方

ストーマ袋の 1/3 までウンチがたまっていたら、中身を出しましょう。

- ①濡れたティッシュかカット綿を用意します。
- ②ストーマ袋の排泄口を止めてある輪ゴムを外し、ガス・ウンチをオムツやビニール袋などに出します。
- ③ストーマ袋の排泄口を濡れたティッシュかカット綿で拭き取ります。
- ④排泄口を短冊折りにして、輪ゴムで止めます。

※ストーマ袋にガスがたまっていた場合にも、中身を出しましょう。ウンチもガスも、ストーマ袋にためすぎると、漏れる原因になります。



## 装具の交換方法

### 必要物品

- ストーマ用装具  
(ストーマ袋・粉状皮膚保護材など)
- 型紙、はさみ、ボールペンなどの小物類
- 皮膚を清拭するため物品  
(微温湯・石鹸・カット綿または古布など)
- 輪ゴム
- オムツ
- ティッシュ
- ビニール袋



皮膚保護材やストーマ袋は、型紙にあわせてカットして準備しておきます。時間のあるときに何枚かカットしておくくと便利です。

皮膚保護材にストーマの穴をあけるときには、ペンで型紙をなぞった外側をカットするようにすると、穴が小さくなりすぎません。

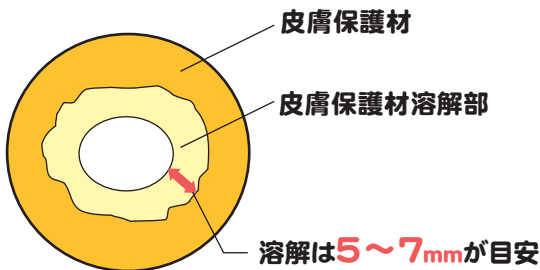
※ドーナツ型の皮膚保護材をカットするときに余る切片は、皮膚トラブルの起きたときに使用できるので、捨てないでとっておいてください。

### 手順

- ①ストーマ袋のウンチは前もって出して、ストーマ袋内をできるだけ空にしておきます。
- ②お子様が泣いているときの交換は、お互いに焦ってしまい、上手にできません。そんな時には、おしゃぶりを与えたり抱っこしてあやしたりして、落ち着かせましょう。空腹で泣いてしまう時には、少しミルクを飲んでから、交換してもかまいません。



- ③微温湯で湿らせたカット綿などを用いて面板（皮膚保護材）を剥がします。このとき、面板（皮膚保護材）の一部分を濡らしながら剥がし始めて、皮膚を押さえながらゆっくりと優しく丁寧に剥がしていきます。
- ④剥がしたら面板皮膚保護材を裏返し、皮膚保護材の溶け具合をよく観察します。溶解は5～7mm程度を目安にし、ストーマ周囲の皮膚に異常がなければ、交換間隔は適切であったと判断します。



- ⑤微温湯で湿らせたカット綿で皮膚についているウンチを優しく拭き取ります。
- ⑥微温湯で湿らせたカット綿に石鹼を泡立てます。ストーマ周囲の皮膚を泡でやさしく洗います。
- ⑦微温湯で湿らせたカット綿で石鹼分を十分に拭き取ります。
- ⑧乾いたカット綿やティッシュなどで水気を取り除きます。
- ⑨皮膚保護材を貼ります。貼った直後には、皮膚保護材が体温になじむまで、やさしく皮膚保護材の上から手をあてて圧着させるとよいでしょう。
- ⑩ストーマ袋を貼ります。
- ⑪ストーマ袋の排泄口から粉状皮膚保護材の先端を入れ、皮膚保護材とストーマの隙間に粉状皮膚保護材を埋めます。

※入浴時に装具交換を行う場合には、ストーマ袋を剥がして入浴し、お風呂の中でストーマ周囲を洗っても構いません。ストーマからお湯が腸内に入り込むことはありません。入浴後には、ストーマ袋に付着した水分を、タオルなどで十分に拭ってください。

## 廃棄方法

廃棄方法は地域によって異なります。オムツと同様の廃棄方法のことが多いですが、細かな分別のある地域では、役所の環境課などに問い合わせてみましょう。また、廃棄するときには、空にしたストーマ袋を丸めて新聞紙に包み、ビニール袋に入れて、捨てましょう。

## 非常時の備え

家庭の緊急避難用袋の中に、1週間分の装具交換に必要な物品を入れておきましょう。水不足など考えられるため、ウエットティッシュ・ビニール袋・小さいタオルやガーゼなども入れておきましょう。

### こんな時どうする!?

#### ? ストーマから出血しました!

皮膚保護材を剥がす時に見られるストーマ粘膜からの出血は、皮膚保護材との接触や拭き取る際のカット綿などがこすれて起こる一時的なものです。ティッシュペーパーなどで押さえておくと止血します。出血がおさまらない場合や、ストーマの中からの出血は、病院に相談してください。

#### ? 皮膚保護材の溶解が早く、皮膚が赤い!

夏場気温が高かったり、熱が出ていたり、便の量が多かったり、下痢に傾いているようであると、皮膚保護材は早く溶解します。次回は一日早めに交換してみましょう。それでも良くならなかったり、皮膚にひどいただれがある場合には、病院に相談してください。

#### ? ストーマ用装具の不良!

使用しているストーマ装具の箱を取っておいて、皮膚・排泄ケア外来受診時に看護師にお伝えください。その際、どんな不具合があったのかも教えてください。

# 過ごし方・装具購入など



## 日常生活

### 食 事：

ストーマを造設しても、特にミルクや食事の制限はいりません。ウンチの量が増えて、皮膚保護材の溶解が早くなったりした場合には、病院に相談してください。



### 運 動：

基本的に運動の制限はありません。寝返りしても構いません。寝返りや腹這いで、ストーマから出血が見られることがありますが、持続しなければ様子を見て構いません。



### 外 出：

外出するときには、装具の交換セットを携帯しましょう。小さなポーチやプラスチックケースに入れておくとよいでしょう。ストーマ用装具は、必要なカットなどをしておくとスムーズに交換できます。



### 協力者：

ストーマケアは、一人だけができていても困りません。協力者を作っておきましょう。

■主にストーマケアを行なう人は誰ですか？

\_\_\_\_\_

■ストーマケアを一緒に手伝ってくれる人は誰ですか？

昼間： \_\_\_\_\_

夜間： \_\_\_\_\_

休日： \_\_\_\_\_

## 装具の購入方法

ストーマ用装具は変更する可能性があるため、2～3か月分を目安に購入します。たくさんの箱で購入しすぎないようにしましょう。

ストーマ用品を取り扱う会社は2社あります。電話注文すると自宅に商品が宅配され、商品到着後に料金を郵便局などに振り込んでもらうシステムになっています。事前に使用しているストーマ用装具の名前や品番などを確認しておいてください。

一時的ストーマ造設の場合には、ストーマ用装具は自費負担になります。永久的ストーマの場合には、成長をおって助成制度の申請を行えるので、患者・地域支援ユニットで相談してください。

## 皮膚・排泄ケア外来の受診

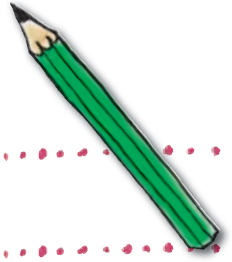
退院後には、小児外科外来の受診と共に、ストーマの異常のチェックやストーマ管理上の相談に応じさせていただく「皮膚・排泄ケア外来」の受診をしていただきます。受診の際には、ストーマ装具交換をいたしますので、交換一回分のストーマ用装具を持参してください。

また、受診は予約制になっているので、事前に外来予約をしてください。

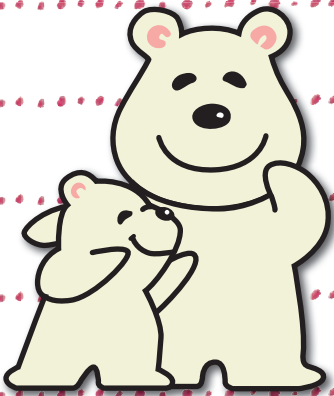


ストーマやストーマの管理に関することでの疑問やご不明な点がございましたら、病院までご連絡ください。

memo



A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend from the left margin to the right margin.



## 皮膚・排泄ケア用品注文案内



◎現在必要な皮膚・排泄ケア用品は自費購入になりますので、以下の方法でご購入ください。

### 取り扱い店

①中日本メディカルリンク (TEL:0263-71-3030) ②上條器械店 (TEL:0263-58-1711)

※ケア用品によっては取り扱い店が異なる場合がありますので、「注文先・備考欄」をご参照になり注文してください。

| 種類      | 購入物品 | 品番           | 品名                       | 会社     |
|---------|------|--------------|--------------------------|--------|
| スキンケア用品 |      | 367034       | ソフティ保護オイル                | Kao    |
|         |      | 18031        | リモイスバリア (レギュラー)          | アルケア   |
|         |      | 18032        | リモイスバリア (ミニ)             | アルケア   |
|         |      | 3346E        | キャビロン非アルコール性皮膜 (スプレータイプ) | 3M     |
|         |      | 3344E        | キャビロン非アルコール性皮膜 (ナブキンタイプ) | 3M     |
|         |      | TP1          | キャビロン皮膚用リムーバー            | 3M     |
| 皮膚保護材   | 粉    | 7906         | アダプトストーマパウダー             | ホリスター  |
|         | リング  | 7806         | アダプト皮膚保護シール              | ホリスター  |
|         |      | 725-20/30    | GXトラシール                  | ダンサック  |
|         | 練    | 12601        | プロケア MF パテ               | アルケア   |
|         | 板    | 7701         | ホリスタースキンバリア              | ホリスター  |
| ストーマ袋   |      | PDP5015      | バリケア ワンピースドレインパウチ (小児用)  | コンバテック |
|         |      | 3238         | こども用カラヤ5ドレイン             | ホリスター  |
|         |      | 3233         | こども用カラヤ5ドレイン             | ホリスター  |
|         |      | 3239         | こども用カラヤ5ドレイン             | ホリスター  |
|         |      | 3778         | パウチキン新生児用パウチ             | ホリスター  |
|         |      | 2115         | アシュラキッズ1 スタンダード          | コロブラスト |
|         |      | 818-10/10    | ノバ1インファントドレイン            | ダンサック  |
| 失禁防止    |      | 1450         | アナルプラグ                   | コロブラスト |
|         |      | 1451         |                          |        |
| 浣腸      |      | 001-028-0160 | オールシリコンフォーリーカテーテル        | クリニー   |
|         |      | 001-028-0180 |                          |        |
|         |      | 91601        | 肛門ストッパー                  | アルケア   |

※入院中の場合には、病棟に配達してもらうこともできますので、看護師までお声をかけてください。