

排泄は、障害の有無や年齢に関係なく、生まれてから死ぬまで日常生活の中で繰り返し行われている行為で大変デリケートなものです。今回は排泄関連用品の中から、ポータブルトイレの選び方、使い方について考えてみたいと思います。

寝たきりにならないための有効な道具として、最初にポータブルトイレの導入が検討されることが多いようですが、Pトイレが自力で使えるということは、通常のトイレが使えるケースが多いので下表のような、その他の支援方法も考え通常のトイレを利用できないかをまずは考えてみてください。

ポータブルトイレ導入の方法	導入以外の方法の確認、支援方法
トイレまでの歩行が困難。 トイレまでの距離が遠い。	トイレを近くに設置したり、移動方法をかえたりすることで解決できないか。
夜間にトイレまで行くのが危険、トイレまで階段や段差があり危険、介助をするのにトイレが狭い。	住環境整備で解決できないか。
おむつを外す過程においての使用。	最終目標をトイレでの排泄にする場合はPトイレが使用できるようになった状態に満足せず継続的に支援する。
トイレまで間に合わない。	泌尿器科での受診をすることによって症状の改善がみられる場合がある。受診を勧めるとともに環境整備やパッド類の併用で解決できないか。

ポータブルトイレの種類と特徴

	標準型（プラスチック製）	木製いす型	金属製コモード型
利 点	軽量で移動させやすい。 掃除がしやすい。	重量があり安定している。 見た目が居室にマッチする。	座面の高さ調節が簡単にできる。立ち上がりやすい。左右両方のアームが稼働する。掃除がしやすい。座面より脚部の基底面のほうが広いため、安定している。持ち運びが容易。浴室でも使用可。
欠 点	蹴込みのスペースがないので立ち上がりにくい。軽量のため不安定感がある。	広めの設置スペースが必要。重いので移動させにくい。 掃除に気を使う。 座面が硬いものが多い。	見た目が居室にマッチしない。
適 応	立ち座りが容易にできる人。	立ち座りの動作が比較的難しい人でも使用可能。	端座位の取れる人であれば移乗によって使用可能。
不適応	座位バランスが悪い人。	特になし。	特になし。
使用上の注意	高い身体機能が必要になる。 高さ調節や立ち上がりの補助にはトイレ枠などが必要になる。	メンテナンスを行う介護者がいない場合、他の材質より痛みが早い。 高さ調節のあるものを選択する。	特になし。
			

使用する人に合わないポータブルトイレだと、居室スペースが無駄になってしまったり、移動の動線を阻害したり、経済的な損失にもなります。一度購入してしまうと交換ができませんので専門家やケアマネージャーとよく相談されて購入していただきたいと思います。（春日 忍美）