

5.トイレの工夫



脊髄損傷者は、生活環境・動作能力により、適する排便環境は大きく異なります。本人・家族の意向により排便方法を決定し、残存機能の状態や住環境（トイレ周囲の環境）、家族の共用の有無などを配慮して検討します。

また、脊髄損傷者の排便時間は長時間を要することや、感覚障害などにより褥瘡を作りやすいことから、褥瘡予防の対策や安定した姿勢で排便を行えるような環境を整備することが重要となります。

・ 頸髄損傷者用トイレでの排便



特徴

- * 前方アプローチで移乗が可能
- * 背もたれのある環境で長座位の姿勢で排便が可能
- * 動作スペース
 - 長座位でのズボン、下着の着脱が可能
 - 座薬挿入がしやすい
- * 自宅改修時にトイレスペースの確保が必要

・ 洋式トイレでの排便

特徴

- * 側方アプローチで移乗が可能
- * 背もたれの設置により、長時間の座位姿勢保持の負担を軽減
- * 側方アプローチがやや困難な方は、両サイドにプラットフォームを設置することで比較的動作が容易となる（洋式トイレ/介助 写真参照）



・洋式トイレでの排便(介助)

特徴

- * 前方ボード付き可動式手すり
 - 座薬挿入、排便介助量軽減
 - 腹圧コントロール
(排便に適した姿勢保持)
 - 血圧低下への対処
 - 殿部圧の軽減
- * 移乗台
 - 移乗介助を容易にする
- * 可動式横手すり
 - 座位時のリスク管理



・シャワーキャリーを使用した排便

- * 家族(キーパーソン)に一連の介助についての指導を行う
- * シャワーキャリーは既存の洋式トイレにそのまま入る
- * 場合が多く、容易にトイレでの座位排便が可能となる
- * リフターでシャワーキャリーへ移乗する
- * 自宅のトイレでは介助スペース等の検討が必要



褥瘡予防のための便座カバー例

ロホ・トイレットシート



アクションパッド



やわらか

