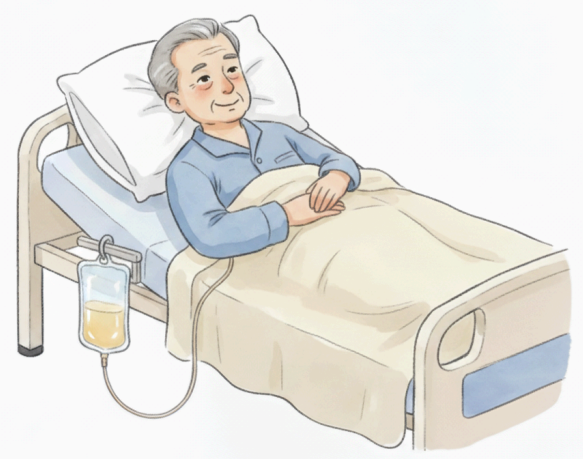
げんまい新聞

第23号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

ご自宅での「尿カテーテル」との付き合い方：ご家族のための安心ガイド



ご家族がご自宅で「尿カテーテル（バルーンカテーテルとも呼ばれます）」を使用することになった時、ご家族は「どう扱ったらいいのだろう？」「感染症が心配…」と不安に思われるかもしれません。尿カテーテルは、ご病気や筋力の低下などでご自身でうまく尿を出せない方のために、おしっこを体の外に出すのを助ける大切な「管（くだ）」です。

ご自宅での管理にはいくつか大切なポイントがあります。これらを知っておくことで、ご本人の快適さを守り、トラブルを防ぐことができます。介護されるご家族にぜひ知っておいていただきたい、日常のケアと観察のポイントをわかりやすくまとめました。

１．なぜカテーテルが必要なの？

- ご自身でトイレに行けない、または尿意を感じにくい。
- 病気（例：前立腺肥大など）で尿が出にくい。
- 寝たきりの状態で、おむつ交換による皮膚の負担（おむつかぶれや褥瘡）を減らしたい。

このような理由で、おしっこが膀胱（ぼうこう）に溜まりすぎるのを防ぎ、体を清潔に保つために使用します。

２．ご家族ができる日常のケア　３つの基本

ご家族に主にお願いしたいのは、**「清潔を保つこと」**と**「おしっこの流れを良く保つこと」**です。

① 手指の清潔（これが一番大切です！）

カテーテルや、おしっこを溜めるバッグ（採尿バッグ）に触れる前と後は、必ず石鹸で手を洗うか、アルコール消毒をしてください。感染予防の最も重要な基本です。

② カテーテルの挿入口（体の出口）のケア

- カテーテルが体に入っている部分（陰部）は、汚れがたまりやすい場所です。
- 少なくとも1日1回、お風呂やシャワー、またはお湯で濡らしたタオルで優しく拭き、清潔を保ちましょう。
- 石鹸を使う場合は、よく洗い流してください。ゴシゴシこする必要はありません。

③ 採尿バッグ（おしっこを溜める袋）の管理

- 置く位置が重要です： バッグは、必ずご本人の膀胱（お腹のあたり）よりも低い位置に置いてください。高い位置にあると、おしっこが膀胱に逆流して感染の原因になります。
- 床につけない： バッグの置き場所は、ベッドの横に吊るすか、清潔なカゴなどに入れます。バッグの底や管の先が直接床につかないようにしましょう。
- 管が折れていないかチェック： おしっこが流れる管が、体の下敷きになったり、ねじれたり、折れ曲がったりしていないか、時々確認しましょう。

３．おしっこを捨てる時の注意点

おしっこは、バッグの半分から3分の2程度たまったら捨てるのが目安です（量は訪問看護師などにご相談ください）。

1. 捨てる前に、必ず手を洗います。
2. バッグの排出口（おしっこを出す口）の栓を開け、清潔な容器（尿器や専用のバケツなど）におしっこを出します。
3. この時、排出口の先端が容器や便器、床などに触れないように十分注意してください。
4. 捨て終わったら、排出口をアルコール綿などで拭き、栓をしっかり閉めます。
5. 最後に、もう一度手を洗います。

4．こんな時は要注意！ 訪問看護師・医師に相談を

毎日ご本人の様子やカテーテルの状態をチェックし、いつもと違うことがあれば早めに連絡することが大切です。

♦**おしっこが出ていない**： 数時間たってもバッグにおしっこが流れてこない。（管が詰まっている可能性があります）

♦**カテーテルの脇から漏れる**： カテーテルが入っている脇（おむつなど）が尿で濡れている。

♦**おしっこの異常**：

- 尿がひどく濁っている。
- 血が混じっている（ピンク色や赤色）。
- 沈殿物や浮遊物（オリ）が多い。
- いつもと違う、強い臭いがする。

♦ご本人の体調の変化：

- 熱がある、寒気がする。
- カテーテルが入っているあたり（下腹部や陰部）を痛がる。

♦**カテーテルが抜けてしまった**：

- 絶対にご家族で入れ直そうとしないでください。すぐに訪問看護師やクリニックに連絡してください。

終わりに

ご自宅での介護は、ご家族にとって心配事も多いと思います。特にカテーテルの管理は「医療行為」のように感じられ、緊張されるかもしれません。

しかし、大切なのは「清潔」と「観察」の基本を守ることです。

分からないこと、不安なことは、決して一人で抱え込まないでください。訪問看護師や在宅医は、ご家族が安心してご自宅で過ごせるようサポートするチームです。「こんなこと聞いてもいいのかな？」と遠慮せず、どんな小さなことでも相談してください。