

頸髄損傷者のストーマ管理 ～その注意点～

神奈川リハビリテーション病院
皮膚・排泄ケア認定看護師 長堀 エミ

ストーマを管理するという事は、ストーマ周囲の皮膚が健やかであるようにケアを行うということになります。ストーマ周囲の皮膚は、排泄物が長時間ついたままであるなどの原因により、赤くなったり、かゆみが現れたりすることがあります。それに気付かないまましていると、皮膚がただれたり、装具から便が漏れたりします。それらの皮膚トラブルを予防するためには、皮膚障害を予防すること、そして、皮膚の異常を早期に発見することが大切です。

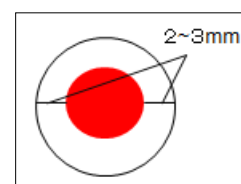
<スキントラブルの原因は・・・>

排泄物や粘着剤の接着によるもの、つよくこすったり、乱暴にはがしたりなどの機械的な刺激によるもの、細菌感染によるものなどがあります。

<皮膚障害を予防するためにはどのようなケアが必要か・・・>

皮膚障害を予防するために、特殊なケアは不要です。

- 定期的に装具を交換する。
- 装具はゆっくり、やさしくはがす。
- 皮膚を石けんできれいに洗う。
- 皮膚保護剤の穴が、ストーマサイズに適している。



などのいつものケアをきちんと行うことが大切です。

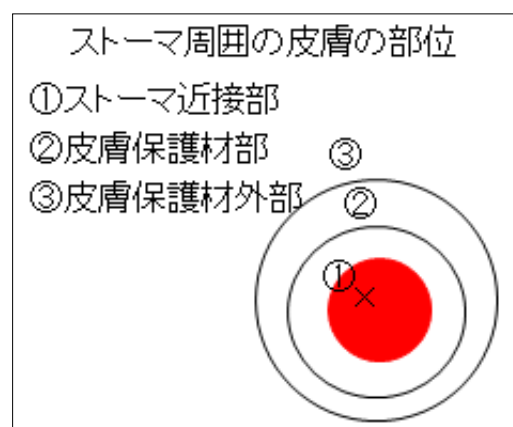
<皮膚の異常を早期に発見するためには・・・>

頸髄損傷者の場合、ストーマは麻痺のある部位に造設されます。そのため、皮膚障害を生じて痛みやかゆみといった症状を感じることはできません。異常を早期に発見するためには、ストーマやストーマ周囲の皮膚がどのような状態であるのか、異常はないかということに注意深く観察することが大切です。自分で確認することができない場合は、ケアをしてくれる方に依頼をしたり、カメラで撮影したりして確認をすると良いでしょう。

<皮膚障害観察のポイント>

ストーマ周囲の皮膚を①②③の3部位に区分し、それぞれの区分で、皮膚障害や色調の変化がどのように表れているのかを観察します。

皮膚障害はひどくなると皮膚がデコボコしたり、じくじくしたりしてストーマの装具を皮膚に貼れなくなってしまうこともあります。装具が貼れないと、



排泄物を受け止められなくて、生活に支障がでます。皮膚障害が重症化する前に、早めに受診することにより治るまでの時間も短くなります。日常のケアの中で、皮膚の観察を行い、皮膚障害や色調の変化が見られるときには、医療者に相談をしてください。

(1) 皮膚障害の種類とは

- 紅斑（こうはん）・・・皮膚が赤くなっている状態
- びらん・・・皮膚の表面がはがれて、赤く見える状態。触れると痛みを感じる
- 水疱・膿疱・・・皮膚の表面に液体がたまり、膨らんだ状態
- 潰瘍・・・皮膚がなくなり周囲より凹んでいる状態
- 組織増大・・・皮膚より突出している状態

(2) 色調の変化とは

- 色素沈着・・・メラニン色素の増加による褐色から黒褐色の変化した状態
周囲の皮膚より黒くなっている
- 色素脱失・・・メラニン色素の減少による白色に変化した状態
周囲の皮膚より白くなっている

<受診が必要なストーマのトラブル>

■ ストーマから出血する

時々おこるトラブルにストーマからの出血があります。ストーマは腸でできているためもともと出血しやすいものです。さわったときやガーゼでこすってしまった時に起こるわずかな出血ならば、特に心配はいりません。ですが、タラタラと流れてくるような出血や袋の中にたまるほどの出血は問題です。もし、出血してしまったら、その部分をガーゼなどでおさえて血が止まるまで待ちましょう。止まらなくてどんどん出血するようならば病院を受診することが必要です。肝臓の機能が悪い人は特に出血しやすいので十分に注意が必要です。

■ ストーマに何かできる

ストーマにポリープ（おできのようなもの）ができることがあります。これらのほとんどはストーマが何らかの原因で擦られているときに起こります。たとえば、皮膚保護剤の穴の切り口や、袋の動きで常に擦られていると慢性的な炎症を起こし、ポリープのようなものができます。いったんポリープができると、そこから出血しやすく、摩擦を受けやすい状態となってさらに大きくなることからケアに不便を生じます。

ポリープを発見したときは、それが放ってよいものか否かの判断は難しいので医師の診察を受けましょう。

■ 血まめができた

血まめは手や足にできるのと同様、ストーマをはさんだり、ぶついたりして内出血した時に起こります。ストーマは痛みを感じないので傷をつけたという自覚がなく、血豆ができていたのを発見してビックリすることが多いのです。いつの間にか自然になくなってしまふものなので心配はいりませんが、大きくて気になる時には医師の診察を受けましょう。

■ ストーマが飛びだしてくる（ストーマ脱出）

ストーマがつくった時よりも異常に飛びだすこと。少し飛びび出しているだけで日常生

活に支障がなければ問題はないが、ストーマが袋に納まらなかったりすると、不便だけでなく身体的にも危険です。このような場合は、医師の診察を受けてください。

■ ストーマの周囲が盛り上がる（ストーマ旁ヘルニア）

ストーマ周囲にヘルニアが起こっている状態。おなかが膨らむことでストーマ装具を安定して貼ることが難しくなります。便の漏れやそれによってストーマ周囲皮膚障害を起こしやすくなります。ひどくなると皮下に貯まっている腸がストーマを圧迫して便が出にくくなったり、腸捻転を起こす可能性もあります。

■ ストーマが見えなくなる

まれなことですが、一見ストーマがどこにあるか分からなくなってしまうことがあります。ストーマの周囲の皮膚が皮膚炎を繰り返した結果、皮膚炎の瘢痕によってストーマが小さくなったり、ストーマがおなかのなかに引っ張られて落ち込んでしまったりする場合があります。便が出にくくなってしまったり、ふさがってしまうと便が出なくなってしまう場合があります。便が出ているから大丈夫だろうと自分で判断せずに、必ず医師の診察を受けましょう。

<災害に備えて>

近年、各地で震災や風水害などの被害が続発しています。こうした災害が発生した際、ストーマ保有者にとって大切なのはストーマ装具の確保です。万一来てたら、ご自分で準備すべきことや、居住地の自治体の災害対策などを確認しておくことが大切です。

災害対策のアドバイス

- 常時、必要な装具（10日～1ヵ月分）と交換に必要な物品を非常用持ち出し品として用意しておきましょう。
- 洗腸をしている方は、自然排便法にも対応できるようにしておきましょう。
- 可能であれば、近くの親戚や知人宅にも予備の装具を置かせてもらおうとよいでしょう。
- 非常用装具は、家の中でも保管場所を分散させておくとういでしょう（1階、2階、玄関など）。
- 日頃から、親しいストーマ保有者仲間をつくり、情報交換ができるようにしておきましょう。

<ストーマ外来>

ストーマ外来は、ストーマ保有者を長期的にサポートするための専門外来です。医師や看護師にストーマの状態を診てもらったり、正しいケア方法を確認したり、また生活に関する情報収集などにも役立ちますので、とくに問題がない場合でも、定期的なストーマ外来の受診をおすすめします。

以下のホームページで全国のストーマ外来が検索できます。受診には予約や紹介状が必要な場合がありますので、受診まえにそれぞれの病院にお問い合わせください。

◎ 日本創傷・オストミー・失禁管理学会「ストーマ外来リスト」

<http://www.etwoc.org/stoma.html>