

家族のモンダイ

トイレの失敗!の巻

人間関係でいちばん

面倒なのは
家族のケンケイ...

相談者



主婦52歳

最近父の衰えが目立つようになって。毎日親の世話をしていると、嫌になってしまうことも多い。

回答者



佐々木炎

日本聖契キリスト教団中原キリスト教会牧師。教会で介護保険事業所を運営。介護福祉士・介護支援専門員として現場で奮闘中。東京基督教大学国際キリスト教福祉学科助教。

父はトイレをよく失敗するようになりました。でも、失敗を認めずに下着を隠してしまい、私が見つけても「知らない、自分ではない」と言い張るのです。しかもヘルパーさんなど「外部の人に世話をされるのを嫌がるので、家族は疲れてしまっています。」



大変ですね。「あれほどしっかりとっていた親なのに」と思うと悲しいですし、その上認めずに隠されたり、ヘルパーさんの介助も頼めないとなると、「ご家族の負担も大変なものだと思います。」

その1 老いを理解しよう

まず、排尿のメカニズムを考えてみましょう。尿が体の外に出されるのは、自分の意思とは関係なく、生理的な反射運動です。排尿は、腎臓から排せつされた尿をぼうこうにため、尿がいっぱいになるとぼうこう平滑筋と

尿道括約筋という筋肉が収縮して体の外に出すことなのです。

人は年を重ねると足腰が弱くなり、耳が遠くなり、目が悪くなり、身体全体が衰えていくのは自然なことです。排尿のための筋力も例外ではなく、年を取ると衰えていくのです。そのために、せきやくしゃみの時に尿が漏れる、尿の出が悪くなる、トイレに間に合わないなど、失敗しやすくなるのは自然の流れです。お父様の排尿の失敗も自然の摂理ですから、失敗を責めないで、「お父さんも年取ったのね」と、親の老いを受け入れることが大切なポイントだと思います。

その2 「隠った」の真意は?

では、なぜお父様は失敗を認めず隠してまうのでしょうか。赤ちゃん時代にはおむつをしていましたが、それ以降は排せつが一人のできるのが当たり前でした。トイレの行為を人に見せなければならぬ恥ずかしさ(羞恥心)を想像してみてください。お父様は、赤ちゃんのようにトイレさえも人の手を借りなければならぬという、情けない哀れな存在になったこと

を感じて、自尊心(プライド)が傷ついています。成熟した大人から役に立たない人間になってしまふのではないかという不安に、お父様は困惑しているのです。

だれでも「下の世話だけはされたくない」と感じるのは、人間としての自尊心があるからです。お父様は自尊心を守るために、トイレの失敗を隠し、「知らない」と言い張り、ヘルパーさんの助けを嫌がっているのです。ですから、失敗を責めたり問いただしたりするのは逆効果です。お父様の心の痛みを理解して、羞恥心を配慮し、自尊心を傷つけないように排せつのケアをしてあげることが大切だと考えます。

その3 おむつはいくら?

お父様自身がトイレで気持ちよく排せつできるためには、どうしたらよいでしょうか。排せつを失敗したとしても、「大丈夫。大変だったわね」と声をかけ、「年を取るとよくあること」とお互いに認め合っていくようにしましょう。また、もじもじしたりそわそわしたりしたら、排せつしたいというサインですから、何はさておき声をかけて、トイレに案内

して座ってもらうことです。あるいは、お父様の排尿パターンに合わせて(通常は二〜三時間ごと)トイレに案内することで、失敗がなくなると思います。

おむつは一見合理的なので安易に使いたくなりますが、トイレで排せつすることが大切です。私たち介護者が介護を勉強する時には、自分たちがおむつをしたままでその中に排尿する体験をします。あなたも同じ体験をしてみるとわかると思います。ですから、おむつパンツなどは最終手段と考えましょう。万が一のために尿取りパッドを使うのはよいと思います。

このようにお父様がトイレで排せつができるように工夫することで、お父様は今までの暮らしを続けていけると思います。トイレの失敗は「人間の尊厳の危機」を感じる時です。あなたが家族の失敗に思いやりや配慮をもってかかわる時、お互いのつらさや喜びを共有した豊かな人間性が育まれ、家族のきずなが深められていきます。そこに隠された神様の恵みが、家族に与えられていると私は信じます。ご健闘を祈っています。