

緊急連絡手段として

災害時など、電話がつながりにくい場合があります。また、回線の復旧までに時間(日数)を要する事もあります。そのような場合、下記の郵便はがきを切り取り、50円切手を貼ってご使用いただくか、下記お客様相談窓口のメールアドレスを緊急連絡手段にご利用ください。

お客様相談窓口

 **0120-532-384**

 cvtsodan.japan@convatec.com



(キリトリ線)

緊急連絡用はがき

50円切手を
お貼りください

(受取人)
東京都港区六本木1丁目8番7号
コンバテック ジャパン株式会社 行



106-0032

郵便はがき

(キリトリ線)

緊急連絡用はがき

50円切手を
お貼りください

(受取人)
東京都港区六本木1丁目8番7号
コンバテック ジャパン株式会社 行



106-0032

郵便はがき



000318

輸入販売元

コンバテック ジャパン株式会社

〒106-0032 東京都港区六本木1丁目8番7号

®はConvaTec Inc.の登録商標です。© 2012 ConvaTec Inc.

お客様相談窓口

 **0120-532384**

<http://www.convatec.com>

AP8.2011.OC033 2012.07. (10) PV



快適な日常生活を始めるために



コンバテック オストメイト ガイドブック

ConvaTec Ostmate Guidebook

オストメイトになられた

ストーマは病気ではありません。

ストーマの位置や形は、私たち一人ひとりの顔や体型が異なるように個人差があります。

ストーマが造設されると、最初はさまざまな面で不自由を感じるでしょう。

また、初めての体験に不安もあるかと思います。

まずは自分で装具の交換ができるなど、「ストーマのケアに慣れる」ことが大切です。

ストーマが造設されても、ストーマケアが出来るようになれば
外出、旅行、仕事はもちろん、スポーツや入浴など、
何も制限されることはないのです。

このガイドブックでは、皆さまが心配される日常生活での留意点や工夫と、
基本となるストーマケアの方法をあげました。

もちろん、他にもさまざまなお悩みや不安があるかとは思いますが、
ストーマは日常生活を制限するものではありません。

皆さまは手術前と同様、あるいはそれ以上に活動することが可能です。

このガイドブックが、皆さまの新しいスタートに際し一助となれば幸いです。

※オストメイトとは、人工肛門・人工膀胱（ストーマ）保有者の事をいいます。

コンバテックという名は「Convalescent(病気の回復)」と「Technology(技術)」という、ふたつの言葉を組み合わせて
創られました。そして優れた技術開発力によって、コンバテックは人々の暮らしを快適にする新しい製品を創り続けてきました。
その最高水準の品質は、ISO9000品質保証認証の取得、CEマークの表示権、そして英国クイーンズ賞の3度の受賞と
各方面から高い評価を得ています。今後もより尽力していき、あなたの毎日に心地よさと安心をお届けいたします。

皆 さま へ



目 次

日常生活とサポート

1. 日常生活について
 - 食事 2
 - 入浴 4
 - 仕事の制限 4
 - 外出・旅行 4
 - スポーツ 5
 - 性生活 5
 - 妊娠・出産 5
 - 服装 5
 - 災害対策 6
2. サポート
 - オストメイトクラブについて 8
 - ストーマ外来 9
 - 皮膚・排泄ケア認定看護師 9

ストーマ装具について

1. ストーマと排泄管理方法 10
2. ストーマ装具の種類 12
3. ストーマ装具の交換方法 14
4. アクセサリー製品 18
5. 注意事項とアドバイス 20

社会福祉制度と年金

1. 身体障害者手帳の申請と交付 22
2. 日常生活用具の給付申請 23
3. 障害年金 24
4. 医療費控除・使用証明書 25

- ストーマの記録 26
- お客様相談窓口 27
- メモ 28

1. 日常生活について¹⁾

工夫次第で支障なく過ごすことができます。

ストーマに必要以上に神経を使わないようにしましょう。



▶アドバイス

食物をよく噛んで食べることや、小さく切って食べるなどの工夫をするとよいでしょう。

▶アドバイス

尿がアルカリ性に傾くと、においが強くなります。クランベリージュース、グレープフルーツジュース、アセロラジュース、オレンジジュース、緑茶などを飲むようにしましょう。

■食事

ストーマがあるからといって、特別な食事をする必要はありません。

手術後は体の回復を第一に考えて、食べたいと思うものを食べ、目新しい食物は少しずつ食べてみて、慣れていくようにしましょう。バランスよく規則正しい食事を心がけ、体の回復と体力の維持に努めましょう。

【コロストミーの方は】

これまで通りの食生活が可能です。よく噛んで食べましょう。

【イレオストミーの方は】

しばらくの間は消化の悪いものは避けたほうがよいでしょう。

海藻類、根菜類、きのこ類、果物類など繊維分の多い食品は、よく噛んで食べ、様子をみながら品目を徐々に増やしていきます。

一度に多量に消化の悪いものを食べると、腹痛や吐き気などの症状が起こることがあります。

【ウロストミーの方は】

尿路感染の予防のため、尿量が十分に排泄されていること、弱酸性に保つことが大切です。

日頃から十分な水分をとることや、ビタミンCやクランベリージュースを必要に応じて飲むとよいでしょう。

<下痢や便秘になった際の注意>

原因としては、食事のとり方、精神的ストレス、環境の変化などがあります。

原因が思いあたらず下痢や便秘が続く場合は、勝手に薬を飲んだりせず主治医に相談してください。

イレオストミーの方は脱水症状に注意する必要があります。自分の平均的な排泄量を知るために、ストーマ袋の処理回数を覚えておくことが大切です。

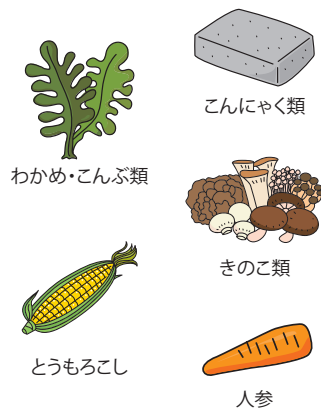
脱水症状の予防として、スポーツドリンクなどをとるとよいでしょう。

お腹のゆるみやすくなるもの



その他: 梨、メロン など

消化の悪いもの



その他: もやし、木の実類(ピーナツ・くるみ) など

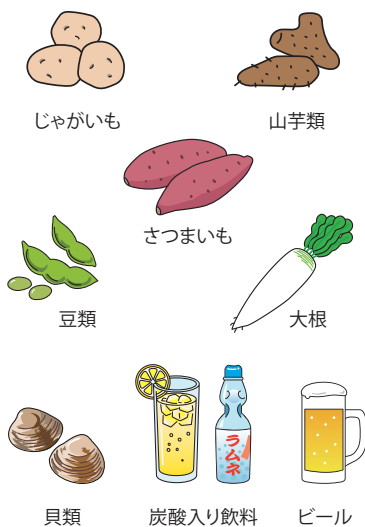
※回腸スーマの場合、わかめ、こんにゃくなどでスーマが塞がることもあるので、小さく切って調理し、よく噛みましょう。

便が固くなりやすいもの



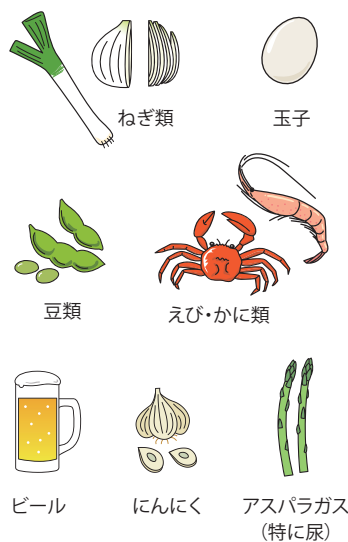
その他: しぶ柿、マシュマロ など

ガスをつくりやすいもの



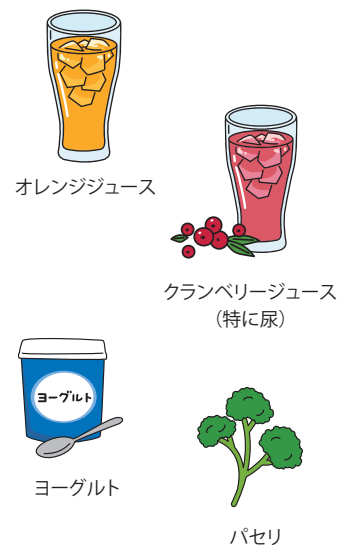
その他: びぼう、豚肉 など

便・尿のにおいが強くなるもの



その他: にら、チーズ など

便・尿の強いにおいを消すもの



※便秘ぎみのときは下痢になりやすい食物を、下痢ぎみのときは便秘になりやすい食物をと、自分の便の状態を調整することもできます。

▶アドバイス

温泉など公衆浴場の洗い場では、鏡にうつらない位置に座るとよいでしょう。左側にストーマがある人は左端に、右側にある人は右端に位置すれば隣を気にしなくて済むでしょう。

▶アドバイス

職場にもストーマ装具や交換に必要な物品を置いておくとい良いでしょう。また、通勤途中に使用できるトイレを見つけておくとい便利です。



オストメイト用の設備を備えています

オストメイト対応トイレには上記のマークが表示されています。排泄物の処理、装具の交換など安心して利用できます。



入浴

入浴は体の回復を早め、腸の動きを活発にします。できる限り、1日1回は入浴またはシャワーを浴びましょう。

消化器系ストーマの方は、入浴中に便が出ることもあります。

温泉など公衆浴場では、必ず装具をつけて入りましょう。

尿路系ストーマの方は、尿は絶えず流出していますから、装具を装着したまま入浴してください。

<入浴するときの注意>

- 入浴時間は、排泄物が少ない食前がよいでしょう。
- 入浴前にストーマ袋の中の排泄物を捨て、空にしましょう。
- 公衆浴場では、ミニパウチなど小さいパウチを利用するのも1つの方法です。

仕事の制限

職場の理解、周囲の人たちの理解を得ることが大切です。

手術後、再び同じ職場にもどって働けるかどうかを考えない方はいないと思います。重い荷物を持ち上げる肉体労働などはストーマが圧によってとび出したり、傷つく恐れがありますので注意が必要です。

上司や周りの人の理解のもとで、少しずつ体の回復に合わせて仕事をしていくことが大切です。

外出・旅行

体力が回復したら、外出や旅行も可能です。

旅に出て人生を楽しみましょう。

外出の際は、いつも装具の予備を1セット携帯しましょう。

旅行の場合は、長期滞在を余儀なくされる可能性を考えて、普段より多めに装具を用意して出かけましょう。

飛行機の場合は、荷物の紛失や、すぐに届かないという事態に備えて、すぐに使用できるように準備して機内に持ち込みましょう。

機内では気圧の変化によりパウチが膨らむことがありますので、機内搭乗前に排泄物を出しておきましょう。

■ スポーツ

運動する機会をとり入れて、人生を楽しみましょう。

たいていの運動は手術前と同様に行なうことが可能です。ただし、腹部に力を入れる重量挙げなどの運動や、ストーマを圧迫するような相撲・レスリングなどのスポーツは避けたほうがよいでしょう。

体力の回復にあわせて、手術前と同様にスポーツを楽しみましょう。

■ 性生活

性生活において何か悩みが生じたときは一人で悩まず、積極的に主治医や看護師に相談してみましょう。

体力も戻り生活にも徐々に自信が出てくれば、セックスに対しても欲求が出てくるのは自然なことです。セックスの前にストーマ袋は空にしておき邪魔にならないようにミニパウチに交換したり、パウチカバーや下着などで工夫するとよいでしょう。

■ 妊娠・出産

ストーマがあっても妊娠・出産は可能です。

出産の計画がある場合は、主治医と相談し指導を受けましょう。

■ 服装

ストーマをきつく圧迫するものを避ければ、服装に制限はありません。

ズボンのベルトの位置にストーマが造設されている場合は、サスペンダー(ズボンつり)を利用する、ガードルを着用したいときは、やわらかいタイプのものを選んだり、下着に丸く穴をあけたりするなど工夫をするのもよいでしょう。スポーティーにドレスシーにと、着るものによって日常の楽しさをつくってみましょう。



▶アドバイス²⁾

スポーツをする前にストーマ袋を空にしておきます。トイレの場所を確認しておきましょう。

汗をかいて装具の粘着が弱まる事がありますので、必ず予備の装具を準備しましょう。



▶アドバイス

女性の場合は、プリーツ、ギャザー、フレアー等のゆったりした衣服を着用すると、ストーマ装具の膨らみが気になりません。

オストメイト用に開発された下着(ストーマ袋を下着の中のポケットに收容する)を使用されるのもよいでしょう。

※オストミーシークレット™
(P21)をご覧ください。

▶アドバイス

手持ち用装具は、小さなバッグに入れておくを持ち運びや保管が便利です。

▶アドバイス

避難しない場合でも、念のため『手持ち用装具』を確認し、『緊急用装具』を所持しましょう。

▶アドバイス

特にウロストミーの方は、水分補給が重要です。普段からペットボトルなどを常備して避難所へ持ち出しましょう。

■ 災害対策³⁾

まずは十分な準備をしましょう

【避難時に持ち出す装具の用意】

- 避難時の『手持ち用装具』として、装具・アクセサリ類を2週間分まとめ、面板はストーマのサイズに合わせて穴をあけておきましょう。
- 日頃から『緊急交換用装具』として、日頃使用している装具のセットを1～2組持ち歩くようにしましょう。

<洗腸している人の注意>

- 災害時は、洗腸場所や水の確保が困難になります。自然排便法での対応もできるようにしておきましょう。

災害へ備えるポイント

【持ち出す装具の保管方法】

- 『手持ち用装具』は、非常持出用としてすぐ持ち出すことができる安全な場所に保管し、できれば複数箇所に分散しておくといでしょう。また、中身は定期的に交換しましょう。

【緊急連絡用の携帯メモを作る】

- 災害時の緊急連絡用として、本冊子のストーマの記録(P26)に記入し、携帯メモとして普段から持ち歩くようにしましょう。
- 携帯メモは、コピーしておき『手持ち用装具』および『緊急交換用装具』と一緒にしておきましょう。

災害発生時の行動について

【避難する時には】

- 『緊急交換用装具』は、衣服のポケットなどに入れて肌身から離さず所持しましょう。
- 『手持ち用装具』を身体障害者手帳などと一緒に、避難所へ持ち出して身近に置いておきましょう。携帯電話・充電器、懐中電灯、ペットボトルなど非常用物品と一緒に『非常持ち出し袋』(リュックサック)に入れておくのがよいでしょう。

【装具の緊急調達】

- 避難所で装具の手持ち分が少なくなった時は、救護所の医療従事者に申し出て、ストーマ装具の調達について相談してください。
- 電話および携帯電話・その他の通信等が復旧するまで時間を要する場合も考えられます。

その際には本ガイドブック巻末の「緊急連絡はがき」を使用させていただくか、または相談窓口にメールして、避難所・使用している装具などの状況をお知らせください。

郵便やメールの方が早く対応できる場合もありますので、1つの手段としてご使用ください。

お客様相談窓口

 **0120-532-384**

 cvtsodan.japan@convatec.com



【オストメイト仲間と連絡を】

- 災害時には、相互の連絡により、安否確認、励まし合い、情報交換、装具の融通など協力しあえる仲間を作っておく事も重要です。

公益社団法人 日本オストミー協会 (JOA)

TEL: 03-5670-7681 FAX: 03-5670-7682

ホームページ: <http://www.joa-net.org/>

※詳しくはP8をご覧ください。

▶アドバイス

受け取れる装具は、日常使用しているものとは限らないので、入手できるもので対応しましょう。



2. サポート

オストメイトの方が安心して快適な暮らしができるように、情報共有やストーマケアの相談ができます。ストーマに関する問題、不安や悩みなど、周りに相談できる仲間を見つけておきましょう。

■ オストメイトの交流会

社会復帰されたオストメイトの方々で結成され、情報交換や親睦を深める場となっています。

オストメイトの交流会の代表的なものとして全国組織の「(公社)日本オストミー協会(JOA)」や、若い女性オストメイトを中心とした「ブーケ 若い女性オストメイトの会」などがあります。その他にも、病院が主体となったオストメイト会、装具メーカーが主催する会などがあります。

● 公益社団法人 日本オストミー協会(JOA)

オストメイトによるオストメイトのための公益法人格の団体です。

オストメイトの支援活動を推進し、全国各地でオストメイトの社会復帰と生活の質の向上に寄与しています。同協会には地方支部がたくさんありますが、支部の連絡先が分からない場合は本部に直接問い合わせてみましょう。

〒124-0023 東京都葛飾区東新小岩1-1-1 トラスト新小岩901

TEL:03-5670-7681 FAX:03-5670-7682

ホームページ: <http://www.joa-net.org/>

● ブーケ 若い女性オストメイトの会

会報・行事・ホームページ・メーリングリストを中心に交流しています。

会員は、コスモス会員(10～20代)、ブーケ会員(30～40代)、カトレア会員(50代)、カトレアプレミアム会員(60代)、ET/WOC会員、賛助会員(70才以上の女性オストメイトの方をはじめ、医療関係者やオストメイトの家族等、ブーケの活動を理解し応援していただける方)。

ホームページにはストーマケアに役立つQ&Aや体験談など情報が盛りだくさん。

ブーケスタッフのブログや、情報交換ができる掲示板などもあります。

E-mail: staff@bouquet-v.com

TEL&FAX : 079-336-1754

ホームページ: <http://www.bouquet-v.com/>

■ ストーマ外来

ストーマに関わる生活上の悩みを気軽に話せる場です。定期的に受診しましょう。

ストーマケア上の問題や皮膚障害など早期に発見して対処してくれます。

手術後ストーマサイズが変化しますので、ストーマサイズに装具が合っているか、何か問題はないかなど、ストーマ外来を定期的に受診するようにしましょう。

■ 皮膚・排泄ケア認定看護師

皮膚・排泄ケア認定看護師とは、創傷、ストーマ、失禁のケアを専門に行なう看護師で、日本看護協会が認定する認定看護師です。

皮膚・排泄ケア認定看護師(WOC/ETナース)は、これから手術を受けようとする方へ、ストーマを持つことの不安や疑問などについて正しく理解できるように手助けをします。

また手術後は、個々のオストメイトに応じて適切な装具を選択できるよう指導し、退院後も身近な相談相手となります。退院後も皆さまの相談を受けられるよう、ストーマ外来を設けている病院もあります。

- また、当社コンバテック ジャパン株式会社には専属の皮膚・排泄ケア認定看護師がおります。ストーマケア相談については、下記までご連絡ください。

お客様相談窓口



0120-532-384



1. ストーマと排泄管理方法

ストーマとは、ギリシャ語で「口」を意味し、「手術によって腹壁に造られた排泄口」をさします。ストーマの種類には、消化器系ストーマと尿路系ストーマがあります。

▶アドバイス

ストーマは、腸の粘膜なのでちょっとした刺激でも出血することがあります。なかなか出血が止まらない場合やストーマの中からの出血は、医師の診察を受けましょう。

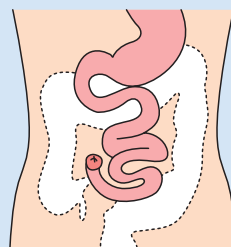
■消化器系ストーマ

ストーマが造られる腸の部位によって便の性状は異なります。

イレオストミー

回腸人工肛門

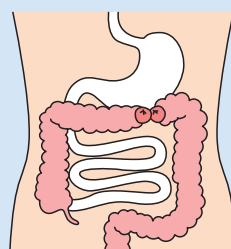
小腸末端部（通常腹部の右側）に造られ、刺激性の強い消化酵素を含み、液体状の便が排泄されます。



コロストミー

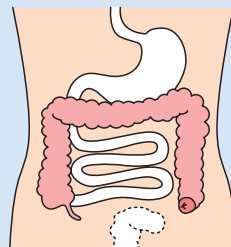
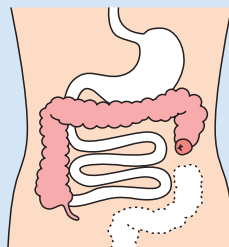
横行結腸人工肛門

腹部の中央に造られることが多く、半流動状～やわらかい便が排泄されます。



下行結腸、S状結腸人工肛門

腹部の左側に造られることが多く、形のある便が排泄されます。



▶アドバイス

洗腸するには、1時間程度の時間を要します。高齢者、体力のない方、右結腸ストーマの方には不向きです。

<排泄管理方法>

排便の管理方法には、自然排便法と洗腸法（灌注排便法）があり、自然排便法ではストーマに便を溜めるストーマ袋をつけて管理します。一方、洗腸法は微温湯をストーマから注入して定期的に排便を促す方法です。洗腸法を希望される際は、必ず医師に相談してください。

ストーマの特徴

ストーマは、自分の意思では排泄の調節ができず、触れても痛みを感じません。

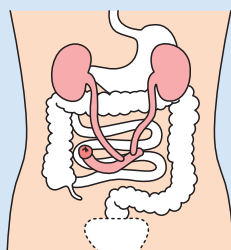
■ 尿路系ストーマ

尿は絶えず排泄しています。

ウロストミー

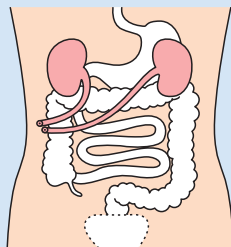
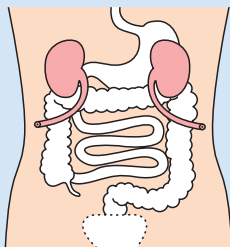
回腸導管

回腸の一部を導管として利用したストーマ。
ストーマから排泄される尿には粘液が含まれています。



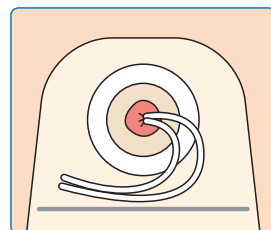
尿管皮膚瘻

尿管を体表面に直接導き、そこから尿が常時排泄されます。
尿管カテーテル(管)が挿入されている場合もあります。



▶ アドバイス

カテーテルが入っている場合は、先端がストーマ袋内の逆流防止弁を超えないようにします。



<排泄管理方法>

ストーマ袋内に尿が1/3 (150ml) くらい溜まったら捨てましょう。

通常2～3時間ごとです。

尿が濁らないように水分を十分にとりましょう。

2. ストーマ装具の種類

排泄の管理に使われるストーマ袋や面板などを総称して「ストーマ装具」といいます。皮膚に装着する面板と排泄物を溜める防臭性のあるストーマ袋でできており、二品系・単品系ストーマ装具があります。

装具の選択の条件

- ①排泄物の漏れがない
- ②皮膚の障害が予防できる
- ③日常の活動が制限されない
- ④装着の快適性が得られる

▶アドバイス

どのような装具が自分に適しているか、皮膚・排泄ケア認定看護師や医療従事者に相談するとよいでしょう。

皮膚保護剤

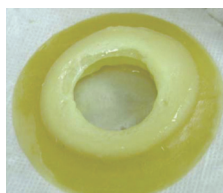
バリケア

- 短期交換でも剥離刺激が少なく、皮膚に優しく安心です。



デュラヘンブ

- 水様性排泄物のストーマ（イレオストミーやウロストミー）に最適です。
- 水分を吸収して膨潤し、ストーマとの隙間を埋めて、排泄物のもぐり込みを防ぎます。



全面皮膚保護剤タイプ

全面に、皮膚保護剤を使用しています。



テープ付きタイプ

皮膚保護剤の周囲に、テープを使用しています。



凸面構造タイプ

陥没したストーマや高さのないストーマに適しています。

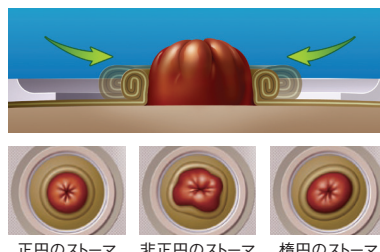
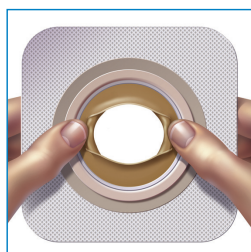


面板

コンバテック モルダブル テクノロジー

バリケアナチュラ M フランジ・デュラヘンブ ナチュラ M フランジ・デュラヘンブ ナチュラ MC フランジ・エスティーム シナジー MC ウェハー

- 皮膚保護剤を指で巻き広げてストーマに合わせて簡単にフィットさせることができます。



カスタムカット

- ストーマに合わせて皮膚保護剤をカットします。

プレカット

- あらかじめストーマ孔があげられているので、カットする必要がありません。
- ストーマ最大径と同じ、または少し大きいサイズを選択してください。

正円のストーマ 非正円のストーマ 楕円のストーマ

ブランド

二品系ストーマ装具 ● 面板とストーマ袋が別になっていて、組み合わせて使用するタイプです。

<バリケアナチュラ/ナチュラプラス>

スナップロック方式のカップリングで、自然な装着感が得られます。製品ラインアップが豊富です。

<エスティーム シナジー>

粘着式のカップリングにより、単品系のような柔軟性に加え、ライフスタイルに合った製品の組合せができます。

<バリケア オートロック>

ワンタッチで腹圧をかけずにパウチが装着できる、オートマチックロックリング方式。

単品系ストーマ装具 ● 面板とストーマ袋が一体になっているタイプです。

<エスティーム>

違和感のない装着感の単品系パウチです。

<アクティブライフ>

毎日交換が可能なタイプや水様性排泄物に適したタイプなど、ラインアップが豊富です。

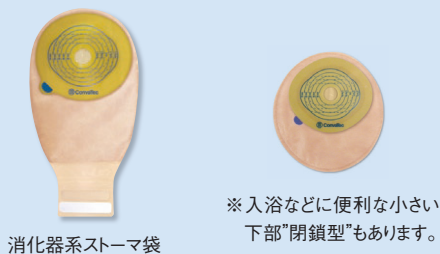
■ 消化器系ストーマ装具

下部開放型(ドレナブル)と下部閉鎖型(クローズ)があります。

二品系ストーマ装具



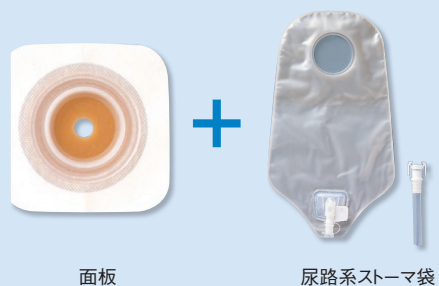
単品系ストーマ装具



■ 尿路系ストーマ装具

排出口が回転式尿タップやパイプ式尿タップがあります。

二品系ストーマ装具



単品系ストーマ装具

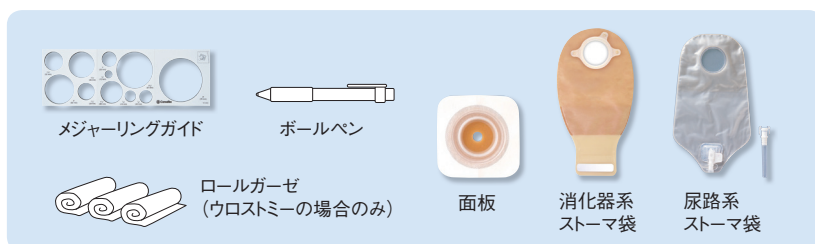


3. ストーマ装具の交換方法

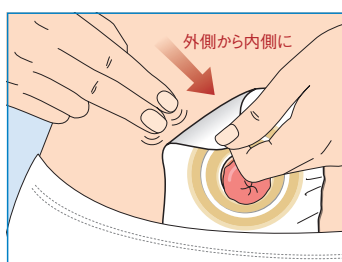
■ 交換手順 (基本的な交換方法)

装具の交換は、椅子に腰かけるか、立った姿勢で行うとお腹のしわやくぼみの状態が分かり、装具を上手に装着できます。

1 必要物品の確認をします。



2 装着中の装具を外側から内側へ丁寧に剥がします。

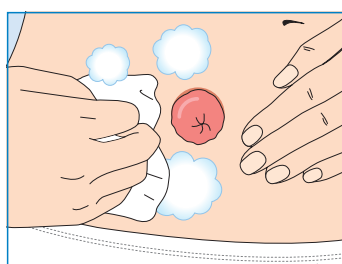


皮膚を指で押し下げて、少しずつ粘着面を剥がしてください。

必要に応じて粘着剥離剤(リムーバー)を使用してください。

▶ アクセサリー (P18) をご覧ください。

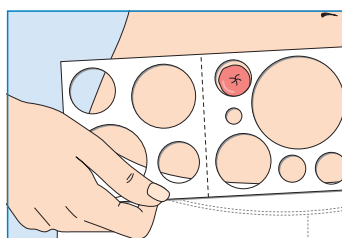
3 ストーマ周囲の皮膚を洗います。



ストーマ周囲の皮膚をお湯と石けんできれいに洗います。石けんをよく落とした後、乾いた布で水分をよく拭き取ります。

※ 皮膚に油分(軟膏・クリーム)や汚れ、水分が残っていると十分な密着が得られません。

4 ストーマのサイズや形を測ります。



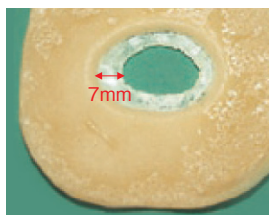
サイズはメジャーリングガイド(計測紙)または定規を使って測ります。

▶ アドバイス

装具交換時に、石けん・ガーゼ・洗面器・タオル・ビニール袋・ハサミなどを用意するとよいでしょう。

▶ アドバイス

剥がした面板の裏側をよく観察し、ストーマからの溶け具合が7mm以内を目安に交換します。

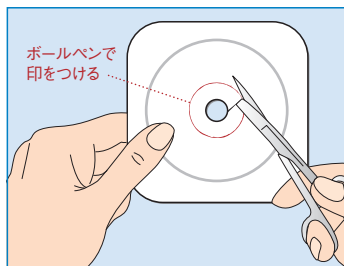


※ 面板の溶ける程度は人によってさまざまです。剥がした面板の溶け具合をみて次の交換日を決めます。

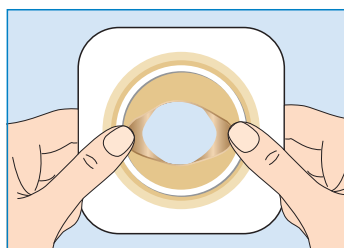
▶ アドバイス

ストーマはサイズや形が変わります。定期的にストーマの大きさを測るようにしましょう。

5 ストーマのサイズに合わせて装具を切ります。



面板の裏側に、ストーマの形に印をつけ、ハサミで穴をあけます。
穴の切り口を指でなでて滑らかにしておきます。

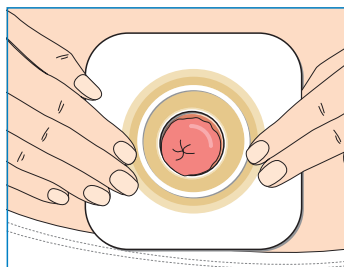


※ハサミは不要

＜モルダブルの場合＞

親指を初孔の中心において、皮膚保護剤を巻き広げていきます。
穴をストーマのサイズよりも大きく広げます。

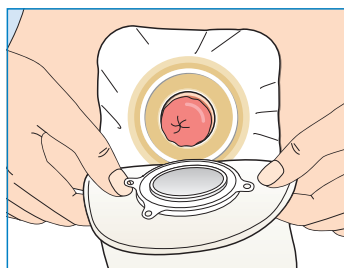
6 ストーマ装具を貼り付けます。



- ①穴の大きさを確認し、裏紙を剥がします。
- ②30秒程軽く圧迫し、皮膚に密着させます。しっかり貼ることが排泄物の漏れを防ぐコツです。

..... (単品系の方はこれで交換終了です)

7 面板にストーマ袋を装着します。



二品系ストーマ装具の場合、面板にストーマ袋を装着します。
ストーマ袋が面板に確実に装着されたことを確認してください。

▶アドバイス

ストーマ直径サイズより2～3mm大きく穴をあけます。

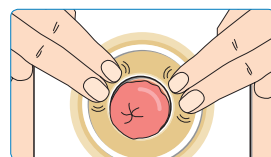
▶アドバイス

尿路系ストーマの場合はロールガーゼで尿を吸いとりながら行うと交換がスムーズにできます。



▶アドバイス

ストーマとフランジの間をよく指で押さえて密着させます。



▶アドバイス

装着後は、面板をおさえた状態でストーマ袋をひっぱっても外れないか確認してください。

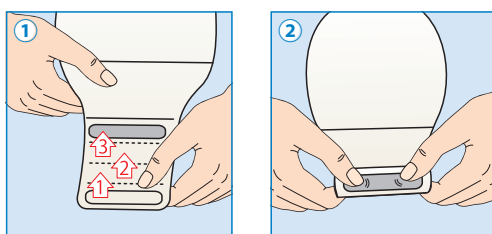


■ 各ストーマ袋の閉鎖具の使用法

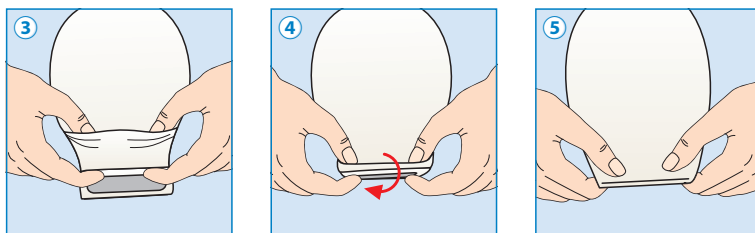
新設計ストーマ袋(エスティーム・エスティームシナジー・ナチュラプラス)
インビジクローズドレインパウチ



インビジクローズ
ドレインパウチ



- ① 排出口端の白いプレートを3回折り上げます。
- ② 重なったマジックテープ部がプチプチと音がするまで
しっかり押して、排出口を閉じます。

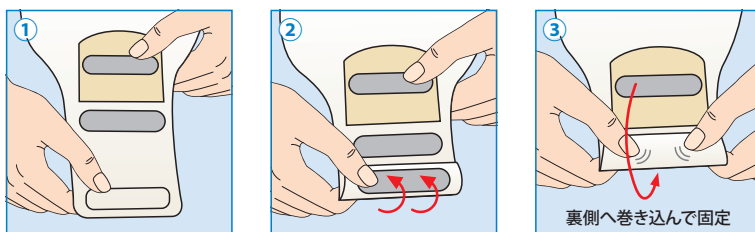


- ③ 外側のポケットに指を引っ掛け、
- ④ 折りたたんだ排出口ごと内側へひっくり返せば、
- ⑤ 排出口を収納することもできます。

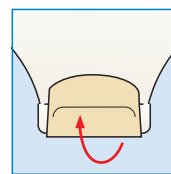
インビジクローズドレインパウチ (バリケアナチュラ)



インビジクローズ
ドレインパウチ

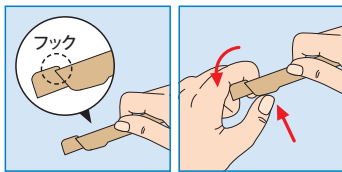


- ① ストーマ袋前面のフラップを持ち上げて、
中間閉鎖具が見えるようにします。
- ② すそを手前に向かって4回折り上げると、
ちょうど中間閉鎖具とすその位置が重なります。
- ③ プチプチという音がして、全体が確実に固定さ
れるまで、閉鎖具同士を押し付けてください。



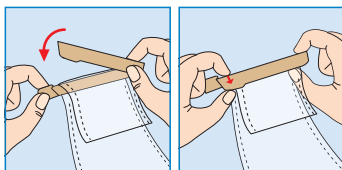
フラップ装着後

クリップ付ドレインパウチ



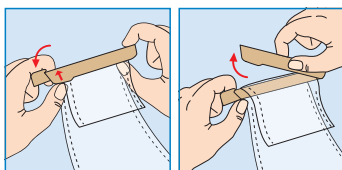
● クリップを開ける

左図のようにクリップを持ち、フックの先端に人差し指をかけながら、クリップ上部の溝部分を親指で押し上げて開けます。



● ストーマ袋を閉じる

クリップの下側を巻き込むようにストーマ袋のすそを折り返し、クリップ上部で挟むようにして留めます。



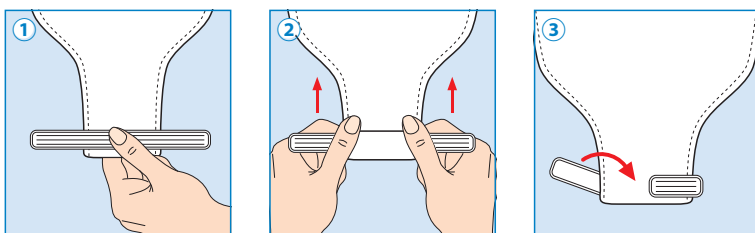
● ストーマ袋からクリップをはずす

クリップを開ける際と同様の手順です。



クリップ付
ドレインパウチ

ワイヤークリップ付ドレインパウチ (アクティブライフ)



①ワイヤークリップの剥離紙をはがします。

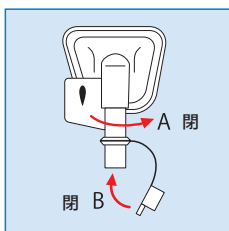
②面板装着面と反対側のストーマ袋表面の排出口にワイヤークリップを押し付け、上部に巻き上げていきます。

③ワイヤークリップの両端を折り曲げます。

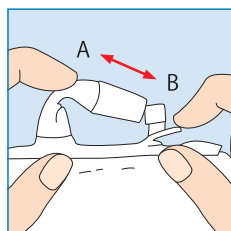


ワイヤークリップ付
ドレインパウチ

尿路系パウチ



ウロストミーパウチ



ユリナパウチ

● ウロストミーパウチ

開閉が簡単な回転式タップとキャップの2重ロックで、すそを留めます。

● ユリナパウチ

パイプを折り曲げ、タップに差し込みます。



ウロストミー
パウチ

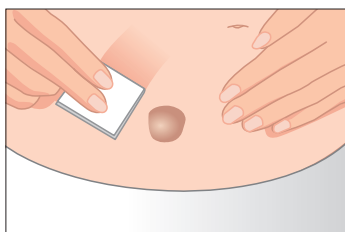
ユリナ
パウチ

※面板と同ブランド、同サイズのストーマ袋を使用してください。

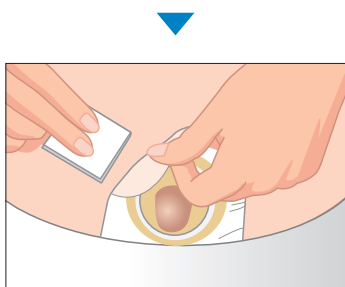
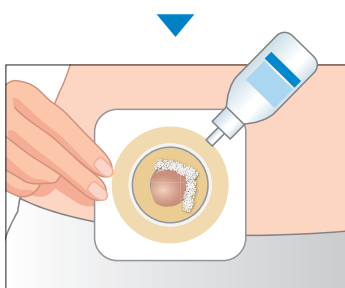
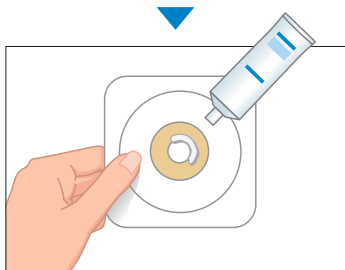
4. アクセサリー製品

ストーマ装具を、より快適にお使いいただくために。しわやくぼみを補正する皮膚保護剤、装具の交換時に便利な製品などをそろえました。ストーマ製品の快適な使用をサポートします。

アクセサリー使用例



※イラストは、ウェットティッシュタイプの場合になります。



※イラストは、ウェットティッシュタイプの場合になります。

1

面板貼付前

面板貼付前に

“**皮膚被膜剤 (バリア)**”でストーマ周辺を拭き、乾かします。

2

ストーマ周囲皮膚にしわやくぼみがある場合

しわやくぼみがあたる面板部分に

“**バリケア ペースト**”を塗ります。

ストーマ周囲皮膚にしわやくぼみがない場合➡ **3**へ

3

隙間がある

面板貼付後にストーマと皮膚保護剤の間に隙間がある場合は、

“**バリケア パウダー**”をその隙間にふりかけます。

4

面板をはがすとき

“**粘着剥離剤 (リムーバー)**”で拭きながらゆっくりはがしていきます。

このとき、端から少しずつめくっていきます。

バリケア ペースト



- ストーマ周囲の細いしわ・くぼみを埋め、排泄物の漏れを防ぐ補正用皮膚保護剤

<使用方法>

ストーマ周囲のしわやくぼみを、補正するために使用します。
必要な部分に少量使用するのが効果的です。

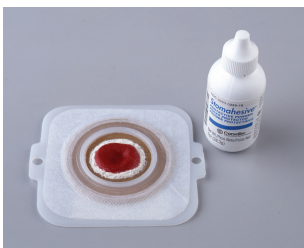
- ① ストーマサイズに穴を開けた皮膚保護剤の剥離紙を剥がした後、しわやくぼみの位置に応じて開けた穴のまぎわに直接ペーストを塗ります。量は2mmくらいの厚さで充分です。あまり多くつけすぎると、逆に排泄物漏れの原因となることがあります。

- ② 30秒ほどペーストを乾かした後、装具を貼付してください。

※しわやくぼみが平坦になる程度の量を、直接皮膚に塗ることもできます。

※アルコールを含んでいますので、皮膚の敏感な方や傷がある場合には直接塗らないでください。

バリケア パウダー



- 水分を吸収しゲル状になり、排泄物の刺激から皮膚を保護

<使用方法>

装具を装着後にストーマと皮膚保護剤の小さなすきまを、埋めるために使用します。

皮膚保護剤を貼付した後、ストーマ周囲に直接パウダーをふりかけてください。

皮膚被膜剤 (バリア)

- 皮膚表面に薄い皮膜を作り、粘着テープの刺激を軽減
- 速乾性なので皮膚保護剤を貼付できます
- 使いやすいウェットティッシュタイプやスプレータイプなど、さまざまなタイプがございます

粘着剥離剤 (リムーバー)

- 皮膚に残った皮膚保護剤や粘着テープの除去を容易にする剥離剤
- 低刺激性で、交換回数の多い方に最適
- 使いやすいウェットティッシュタイプやスプレータイプなど、さまざまなタイプがございます

5. 注意事項とアドバイス

注意事項

！ ストーマ袋は使い捨てです。

洗って再使用すると防臭性が低下し、破損しやすくなります。装着時の安全が確保できませんので必ず新しいものに交換しましょう。

！ 装具の捨て方

必ず中に入っている排泄物を捨て、ストーマ袋だけをゴミとして出してください。ゴミの分別については各自治体の方針に従ってください。ストーマ袋を直接トイレに流さないでください。トイレが詰まる原因となります。

！ 装具交換のタイミングは？

入浴時や排泄の少ない時間帯（起床時や食前）を選びます。生活の中で時間に余裕をもって行うことが大切です。

！ 装具の保管について

高温多湿を避け室温で保存し、直射日光のあたる場所や高温になる場所、浴室やその近くなど湿度の高い場所で保管しないようにしてください。夏場は車中（トランク）の温度が急激に上がります。車に装具を保管するのは避けてください。

！ 皮膚保護剤の色

皮膚保護剤の色は日経つとだんだんと色が濃くなります。これは保護剤の成分によるもので、色が濃くなっても粘着力や耐久性に影響はありません。製造後5年以内であれば、安心してお使いいただけます。

ワンポイントアドバイス

潤滑剤の使用（消化器系ストーマ）

便の滑りが悪い場合は、潤滑剤をストーマ袋内部に数滴たらしと便の滑りがよくなります。

尿タップの洗浄（尿路系ストーマ）

尿が尿タップ（尿を出すところ）に付着するとおいの原因となります。入浴時に石けんとお湯で洗いましょう。

パウチカバーの使用

ビニール素材のストーマ袋が皮膚に直接触れるのが気になるときには、綿素材のパウチカバーを使用するとよいでしょう。



外来での定期的なチェック

装具の装着や選択が適切か、ストーマ周囲に異常はないかなどのチェックを受けることは大切です。少なくとも1年に1～2回は主治医の指導を受けるようおすすめします。

オストミーシークレット™

osto*my*secrets®

機能的なのに、スタイリッシュ。

オストミーシークレット™は、
内側のポケットにストーマ装具を収納できる、
機能的でおしゃれな下着やラップ(腹巻)です。



しっかりした内側ポケットで、
これまでにない解放感。



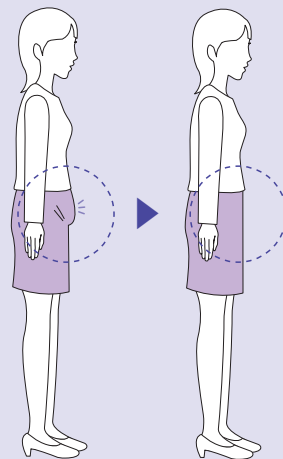
<着用のポイント>

- 重いストーマ袋でもしっかり支えてくれるので安心です。
- ストーマ袋と皮膚の摩擦を防ぎます。
- 体にぴったりする服装でもあまり目立ちません。
- 左右どちらのストーマにもご使用いただけます。
- ストーマ袋をやや内側に向けると装着しやすい場合があります。
- 高い位置にストーマがある場合、ご使用できない場合があります。このような場合は、ラップ(腹巻)をご使用ください。

ストーマの存在を忘れる、
すっきりとした装着感。

装着前

装着後



1. 身体障害者手帳の申請と交付

オストメイトは、身体障害者福祉法による障害等級に該当する場合、身体障害者手帳を取得することができます。手帳があると日常生活用具の給付、税の減免、鉄道・航空運賃の割引などを受けることができます。

対 象 永久造設のストーマの方に限ります。

申 請 時 期 ストーマのタイプにかかわらず、ストーマ造設後すぐに申請ができます。

該当する等級 主に4級。合併する障害の程度によって、3級もしくは1級が認定されることがあります。

申請手続

1 市区町村の福祉事務所へ行く

身体障害者手帳申請用紙と診断書用紙をもらい、指定医を確認します。



2 病院で診断書を作成してもらう

診断書は指定医に作成してもらわなければなりません。



3 福祉事務所で申請する

身体障害者手帳の申請用紙に必要事項を記入し、福祉事務所に提出します。

<持参すべきもの>

- 身体障害者手帳申請用紙
- 診断書
- 印鑑
- 写真(3cm×4cm)



4 認定審査後、身体障害者手帳が交付される

福祉事務所にて障害程度の認定審査があり、認定されると身体障害者手帳が交付されます。手帳の取得によって、日常生活用具の給付、JR旅客運賃や国内航空運賃の割引、有料道路割引券など各種サービスを受けることができるので、自分が利用できるものについては窓口でよく聞いておきましょう。



※詳しくは、各市区町村の福祉事務所や年金窓口、勤務されている事業所管轄の社会保険事務所にお問い合わせください。

2. 日常生活用具の給付申請

身体障害者手帳が交付されると、
使用する日常生活用具（ストーマ用装具）の給付を申請できます。

対 象 身体障害者手帳の交付を受けている方

種 類 ストーマ用装具（蓄便袋、蓄尿袋）

給 付 額 お住まいの市区町村によって異なります。（2006年4月施行の障害者自立支援法により）

申請手続

1 市区町村の福祉事務所へ行く

給付申請書をもらい、記入します。

- ＜持参すべきもの＞ ● 身体障害者手帳 ● 印鑑
● 前年の源泉徴収票または確定申告書（控え）の写し
● 前年の世帯全員の所得を証する書類 ● 見積書（利用業者の申請が必要）



2 装具購入店（コンバテック等）に日常生活用具の見積書発行を依頼する

福祉事務所より、直接装具購入店（コンバテック等）へ見積もりを依頼するところもあるので、事前に手順などを確認したほうがよいでしょう。

3 後日、給付券が発行される

給付が認められれば決定となり、「給付券」が発行されます。



4 ストーマ装具の受け取り

給付券を装具購入店（コンバテック等）へ送付または持参し、
ストーマ用装具と引き換えます。



※ここで掲載しているのは一般的な流れですが、お住まいの市区町村によって異なる可能性があります。詳しくは福祉事務所にお問い合わせください。

3. 障害年金

人工肛門・人工膀胱を造設された方は、障害年金を受給できる場合があります。

障害年金には障害基礎年金と障害厚生年金があります。

障害年金

- 身体障害者手帳の取得とは関係ありません。
- 障害の程度(等級)や身体障害者手帳の等級とも関係ありません。
- 障害年金以外に他の年金(例:老齢年金や遺族年金)を受ける権利があるときは、それらの組み合わせや年齢によって併給できる場合と、どちらか一方のみ選択しなければならない場合とがあります。

障害年金給付の要件

- (1) 障害の状態になった病気やけがの初診日に、厚生年金または国民年金に加入中であること。
- (2) 障害の程度が、障害認定日(ストーマ造設の手術をした日)に定められた程度であること。
- (3) 一定の保険料納付要件を満たしていること。

国民年金加入者の場合

◇障害基礎年金(1級、2級)

- 一定の要件を満たした子がいる場合、加算があります。
- 人工肛門または人工膀胱造設の手術をしただけでは支給されません。人工肛門と人工膀胱の両方を造設した人や、人工肛門があり、さらに完全尿失禁の状態にある人などが対象となります。

◇申請窓口

各市区町村の国民年金課へお問い合わせください。ただし、第3号被保険者期間を有する場合、あるいは同時に厚生年金も受けることができる場合は、社会保険事務所へお問い合わせください。

厚生年金加入者の場合

◇障害厚生年金(1級、2級、3級)

- 年金額は、加入中の給与(平均標準報酬月額)や勤続年数によって算出されます。
- 1級または2級に該当する場合は、障害基礎年金や配偶者加給年金(要件あり)がさらに支給されます。
- 人工肛門または人工膀胱を造設した人は3級として認定され、年金が支給されます。

◇申請窓口

- 最後に被保険者として使用されていた事業所(在職中の場合は勤務されている事業所)を管轄している社会保険事務所、社会保険事務所の事務所または年金相談センターへお問い合わせください。

<申請に必要な書類>

- 請求者の年金手帳
- 住民票謄本
- 戸籍謄本
- 印鑑
- 預金通帳
- 課税証明など(配偶者や子の収入、無収入の証明)
- 診断書(各申請窓口で入手、医師の記入要)
- 病歴・就労状況等申立書(各申請窓口で入手)
- 厚生年金保険障害給付裁定請求書(社会保険事務所でも入手)

年金に関するお問い合わせは

ねんきんダイヤル **0570-05-1165**

4. 医療費控除・使用証明書

医療費の合計金額が10万円を超えた場合、医療費控除を受けることができます。
 自費で購入したストーマ用装具についても、ストーマ用装具使用証明書を添付すれば
 医療費控除の対象となります。確定申告の際、ストーマ用装具代の領収書と
 ストーマ用装具使用証明書が必要です。詳しくは税務署にお問い合わせください。

サンプル

ストーマ用装具使用証明書				
患 者	住 所			
	氏 名		性 別	男 ・ 女
	生年月日	明・大・昭・平	年	月 日生
ストーマの種類	人工肛門のストーマ 尿路変向(更)のストーマ			
必 要 期 間	平成 年 月から 6か月未満 ・ 6か月以上1年未満 ・ 1年以上			
上記の者は、人工肛門 尿路変向(更)のストーマを有しており、ストーマケアにかかる治療上、ストーマ 用装具の使用が必要であることを証明する。 平成 年 月 日 医療機関名 _____ 所 在 地 _____ 医 師 名 _____ (印) (注) 1. 証明書は、当該患者のストーマケアにかかる治療を行っている医師が記載すること。 2. 「必要期間」が「1年以上」となる場合は、翌年分については改めて証明書を発行すること。 3. 既に経過した期間にかかる証明については、証明書発行日の属する年の前年1月1日 以降の期間にかかるものに限り有効とする。				

- ① この証明書は、ストーマ用装具代について医療費控除を受けるために必要です。
- ② 医療費控除を受けるためには、この証明書とストーマ用装具代の領収書を確定申告書に添付するか、確定申告の際に提示が必要となります。

ストーマの記録

下記はあなたの大切な情報となりますので、事前に記入しておきましょう。

この情報は別途、携行カードに記入し、持ち歩くようにしましょう。

氏 名			血液型	
住 所				
電話番号				
ストーマの種類	コロストミー ・ イレオストミー ・ ウロストミー			
装具入手先				
電話番号				
使用装具名	(注文番号)			
身体障害者手帳	級	身体障害者手帳 交付番号		
保険証番号		給付券の利用	あり ・ なし	
かかりつけ 病院名				
担当医師名		電話番号		
手術日	年	月	日	
手術病院名				
担当医師名		担当看護師名		
ストーマケア 相談連絡先				

お客様相談窓口

お気軽にフリーダイヤルにお電話ください。

専門のスタッフがストーマケアから日常生活など様々なご相談にお応えします。

- ストーマケア製品の使い方
- ストーマやストーマ周囲のお手入れや皮膚トラブルなどのケア相談
- 生活の変化や旅行など日常生活の工夫点
- ストーマケア製品を変更したい時
- 社会福祉制度について知りたい時 など



お客様相談窓口



0120-532-384

参考文献

1. 高橋のリ子ほか. “人工肛門・人工膀胱の知識(第3版)” 学習研究社 東京. 2008,91-107
2. 徳永恵子ほか. “そのまま使えるストーマ・セルフケア実践指導マニュアル” メディカ出版 大阪. 2004,176-185
3. 日本オストミー協会 “オストメイトの手引” 障害者団体定期刊行物協会 東京. 2005,42-45

MEMO

[illegible]

MEMO

This image shows a full page of white paper with horizontal dotted lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for writing or drawing. There are no margins, text, or other markings on the page.

緊急連絡用はがき

災害時など、電話がつながりにくい場合の連絡手段として、
下記の郵便はがきを切り取り、50円切手を貼ってご使用ください。

(キリトリ線)	
(キリトリ線)	▼ 緊急連絡内容をお知らせください。(避難先名称、住所、情報など)
	氏名 _____ ストーマの種類
	_____ ☐ コロストミー ☐ イレオストミー ☐ ウロストミー
	自宅住所 _____
_____ 電話番号 _____	
(キリトリ線)	
(キリトリ線)	▼ 緊急連絡内容をお知らせください。(避難先名称、住所、情報など)
	氏名 _____ ストーマの種類
	_____ ☐ コロストミー ☐ イレオストミー ☐ ウロストミー
	自宅住所 _____
_____ 電話番号 _____	
(キリトリ線)	

 電話番号

