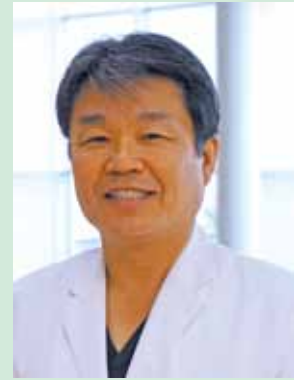


私のカルテ

No 4 0 7

人工肛門(ストーマ)のお話



津島市民病院
副院長兼外科部長兼手術部長
川井 覚

近年、日本では大腸がんの患者さんが増加しており、肛門に近いところにできた直腸がんなどが原因で人工肛門になる患者さんが増えています。人工肛門(ストーマ)とは、手術によっておなかに新しく作られた、便や尿の排泄の出口のことを言います。ストーマには、人工肛門(消化器ストーマ)や人工膀胱(尿路ストーマ)の種類がありますが、ここでは消化器系のストーマのお話をします。

人工肛門の対象となる人はがんのために腸を切除した人のほか、潰瘍性大腸炎やクローン病といった腸にひどい炎症が起きている人、腸閉塞で腸が詰まってしまった人、直腸がんの手術後に一時的に腸を休ませたい人などが対象となります。

消化器系ストーマでは小腸ストーマと結腸ストーマがあります。ストーマを作る目的によって永久的なストーマと、後からストーマを閉じる一時的ストーマとに分かれます。いずれも手術で腸の一部をお腹の壁を通して外(皮膚)に出し、腸の出口を設けてそこにストーマ用の装具を装着し排泄物をためる様になります。

人工肛門は自分の意識とは無関係に便が排泄されます。自分の意思で排便をコントロールすることができませんが、ストーマ装具を装着することによって日常生活を保つことができます。装具には防臭効果や防水効果がありますので、臭いの発生や排泄物が漏れて衣服を汚すなどのトラブルはありません。装具を交換する時期は、一般的に週2~3回になります。装具の交換までは同じ袋を何日か貼っておき、袋に排泄物が貯まった都度今までのようにトイレで出します。装具には防水効果がありますので装具を付けたまま、入浴することもでき、湯船につかっても漏れません。

また、人工肛門を作ったからと言って食事の制限はありません。ただし、健康を維持するために、バランスよく規則正しい食生活を心がけましょう。食品によって、ガスが多く発生するもの、排泄物の臭いが強くなるもの、便の性状が変化するものなどがありますので食品をバランスよく組み合わせて食べるとよいでしょう。

人工肛門になると排便法は変わりますが、日常生活は今までどおり送ることができます。ストーマケアに慣れてしまえば、運動や温泉、旅行も、職場への復帰も可能です。

人工肛門を造設した人のことをオストメイトと言いますが、服を着ていると外見からは全く分からないことが多いです。公共施設の中にはオストメイト対応トイレがあるところもあり、装具内の排泄物を捨てやすいよう、一般的なものよりも高さのある便器が置かれ、また個室内に水道も設置されています。

人工肛門になることは近年珍しいことではありません。市民病院には皮膚・排泄ケア認定看護師という人工肛門の分野において熟練した技術と知識を持った看護師がいます。人工肛門でお困りのことがありましたら、ぜひケア支援室にお気軽にご相談してみてください。

