

# にじの郷だより

第33号

テーマ「排泄」

## 排泄のリサイクル



世界の人口が80億人を超えたという。人口の増加が世界経済と密接な関係を有することは夙に知られているが、これだけ爆発的に人口が増加し、今後まだ増え続けるのだらうという予測もある中で、果たして人口に見合った食糧生産が可能かどうかという問題は人類の歴史に大きな課題として立ちはだかっている。

しかも今日食糧は生産・流通・消費の各段階において重大な問題を抱えている。生産の面では地球温暖化。これまで生産可能だったエリアが例えば砂漠化が進むことによって不毛の地になってしまっていることはよく知られている。流通の面では戦争・紛争が大きく影響を及ぼしていることはロシアによる事実上の黒海封鎖がどれ程世界の穀物事情を混乱させているかはテレビなどでも指摘されている。食糧の偏在も大きな問題である。飢餓に苦しむ多くの人々がいる一方で飽食の限りをつくす人、コンビニやレストラン等で発生する大量のフードロス等々。

国連主唱のSDGSの中でも食品廃棄を削減することが目指されているが、一方、食糧問題と切っても切れないのが排泄物処理の問題である。

かつて人類はこの問題にリサイクルの方法をもって臨んできた。今でこそ排泄物は日常生活の表面から消え、多くは排水管、下水道管、処理場といったルートを経由して、いわば見えない形で処理されているが、かつては有効な資源として活用されてきた経過がある。例えば江戸時代、当時江戸は世界最大の都市であり、食糧需要も膨大な量であったが、排泄物の処理も大きな問題であった。そこで考えられたのがリサイクル。大名屋敷などから出る排泄物を近郊の農家に売り渡し、農家はそれを肥料とすることで作物生産量を増やし、江戸の町で売るといったスタイルは実に見事なリサイクルだ。（この辺りの事情は安藤修一郎『大名屋敷の謎』に詳しい。）

とは言っても現代の日本でこの形を復活させることは不可能であろう。しかし、下水処理場に溜まる汚泥を肥料として活用する試みは、その中の有害物質をどう除去するかという課題はあるものの既に始まっている。

ともあれ私達にできることは食品ロスが最も多いといわれる家庭の中で廃棄物を減らすことを心掛けることなのかも知れない。

鈴木英司



## 当施設で使われている下剤の種類と効果について

排泄・褥瘡対策委員会より

### 酸化マグネシウム

酸化マグネシウムは、大腸における水分の吸収を抑制します。つまり、便に含まれる水分が多くなるので便を軟らかくする作用があります。一般的に、便意は起床時や朝食時に腸管がよく動いて起こりやすいので、就寝前に服用するのが効果的です。また、下剤は空腹時に飲むのが効果的ですが、当施設では、その方に合わせて服用してもらっています。

### テレミンソフト坐薬

直腸粘膜を直接刺激し、腸の運動を活発にして排便を促します。効果の発現は、5～60分後です。速やかに排便したい時や、飲み薬が飲めない時に用います。

### ピコスルファートナトリウム

胃や腸では、ほとんど作用せず、大腸の蠕動運動を活発にして排便を促します。効果の発現は7～12時間後です。代表的な大腸刺激性下剤です。



食生活



消化吸収～蠕動運動



活動性  
(座位保持・歩行)



認知能力(便意や認知症の有無)

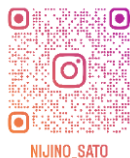


手指巧緻性  
(衣類の着脱・拭き取り)

下剤の効果は、あくまで便が大腸を移動するスピードを促進させるという限定的なものにすぎません。排便に影響するのは食事や活動性があるにもかかわらず、下剤だけ使って排便をコントロールするのはかなり無理があります。にじの郷の職員は、生活全般に視点をあてた排便コントロールを実践しています。

# シン・笑顔の日々

テーマ：より良い排泄につながること



SNS始めました。  
フォローよろしくおねがいしまーす🌟

皆さまはじめまして、にじの郷の介護職員の中田です。  
今回は排泄に関する特集でしたが、いかがだったでしょうか？介護の現場では、排泄介助は特に配慮を必要とすることが多い介助です。入居者の皆様に安心できる介護ができるよう努力していきたいと思っております。

地域密着型特別養護老人ホームにじの郷  
ショートステイにじの郷

〒971-8151 福島県いわき市小名浜岡小名字山ノ神27番1  
TEL:0246-73-0266 FAX:0246-38-5541  
MAIL:info@iwaki-nijinosato.or.jp  
URL:http://iwaki-nijinokai.jp

