

日衛連NEWS

Japan
Hygiene Products
Industry Association

発行 / 日本衛生材料工業連合会

特集 大人用紙おむつ「基本のキ」

赤ちゃん用と違い、大人用の紙おむつは、ある日突然必要になるものです。初めて売り場に行き、種類の多さに戸惑った方も多いのではありませんか。どれも同じだろうと、安くて枚数の多いものを買って失敗するケースも増えてきました。意外かもしれませんが、実は知識がないとうまく選べないのが、大人用紙おむつなのです。大人用紙おむつ「基本のキ」をお伝えします。



画像提供：むつき庵（2008.9.25開催「おむつファッションショー」）

目次

今どきの紙おむつはこうして選ぶ

今どきの紙おむつはこうして使う

——つけ方・はずし方・後始末のしかた

使ってはみたものの…

よくある間違い「漏れの原因はこれだった!」

こんなに進化した大人用紙おむつ

今どきの紙おむつはこうして選ぶ

紙おむつは、単に買ってきて使えばいい、というものではありません。まずは、本人や介護者のさまざまな要因を考慮して、最適なものを選ぶところから始まります。

■大きく分けて、アウターとインナーの2つがある

紙おむつといえば、おむつとおむつカバーが一体化したものであられるかと思われませんか。確かに紙おむつが出回り始めた頃はそうでした。でも、今では多くの方が、アウターとインナーを1枚ずつ組み合わせて使っています。

インナーはパッド型の紙おむつで、これ1枚だけでは

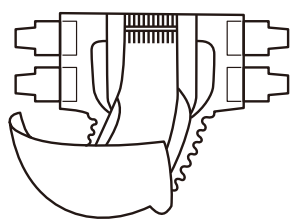
使えません。パッドを固定するためのアウターが必要になります。

一方、アウターはそれ1枚だけでも使えます。なのに、あまり単独で使わないのはなぜでしょうか。

毎回アウターを交換するより、インナーだけを交換するほうが、介護者も本人もラクで経済的だからです。

■紙おむつの基本的組み合わせ

アウター 1枚



テープ止めタイプ

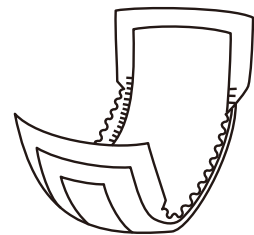
または



パンツタイプ



インナー 1枚



■紙おむつ交換例

	7時	10時	13時	16時	19時	22時	経済性
アウター + インナーの場合	 新しいアウター + パッド	 パッドのみ	 パッドのみ	 パッドのみ	 パッドのみ	 夜用アウター または 夜用パッド	○
アウター のみの場合							△

■アウターには、テープ止めタイプとパンツタイプがある

パンツタイプは普通の下着と同じ感覚で脱ぎはきでき、心理的な抵抗が少ないタイプです。ただし、寝たままでは交換しづらいので、たとえ短時間でも、立っていることができる方に向いています。

テープ止めタイプは寝たままでも交換が簡単です。

しっかりとテープで止めることができ、パンツタイプより吸収量や保水性の高いものが多いので、漏れにくく寝たきりの方に適しています。テープは何度も付けたり外したりできます。

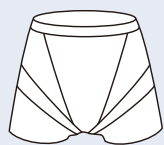
■紙おむつの選び方

〈1人で歩ける方〉



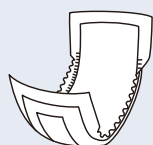
うす型パンツタイプ

または



ホルダーパンツ(布製)

+



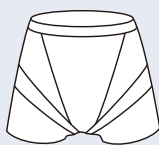
パッド

〈介助があれば歩ける方〉



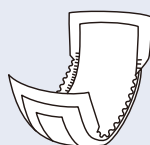
パンツタイプ

または



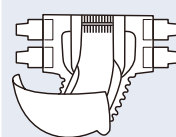
ホルダーパンツ(布製)

+



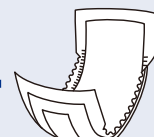
パッド

〈寝て過ごす事が多い方〉



テープ止めタイプ

+



パッド

■アウターの選び方

〈パンツタイプの選び方〉

1

ウエストサイズは?

S・M・L・LLなど

※必ずcmを確認します。



2

**スタイルの良いうす型?
それとも安心の厚型?**



3

吸収量は?

おしっこ〇回分・〇〇cc

※うす型でも吸収量の多いものがあります。

※おしっこ1回分は150ccのものが多数ですが、120ccなど異なるものもあります。

〈テープ止めタイプの選び方〉

1

ヒップサイズは?

S・M・L・LLなど

※必ずcmを確認します。



2

吸収量は?

おしっこ〇回分・〇〇cc

※うす型でも吸収量の多いものがあります。

※おしっこ1回分は150ccのものが多数ですが、120ccなど異なるものもあります。

■インナーはパッド型が圧倒的

パッド型は「尿とりパッド」や単に「パッド」という名前です。テープ止めタイプとパンツタイプでは、適合するパッドが異なるのでご注意ください。

吸収量は「排尿〇回分(1回の排尿量を〇〇〇mlとして)」と表示されているものが多いのですが、パッドの縦横サイズ(〇〇cm×〇〇cm)やデイ・ナイト・スーパー・ロングなどの名称で表示しているものもありま

す。1回の尿量はどれくらいか、次のパッド交換までに何回くらいおしっこをするか、の二つの観点から選んでください。

長方形のパッドが一般的ですが、男性専用のテトラパック型やろうと型、ひょうたん型のパッドなどもあります。また、布製のおむつカバーと併用するフラットタイプもあります。

■パッドの選び方

1 **アウターはテープ止めタイプ? パンツタイプ?** ※アウターによって合うインナーが異なります。

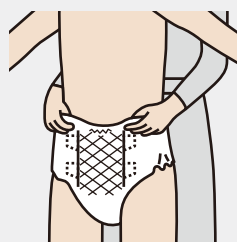
2 **吸収量は?** おしっこ〇回分・〇〇cc ※夜用、スーパーなどの表示もあります。

3 **形状は?** ※体の状態に合わせて、適した形状を選びます。通常は長方形タイプが圧倒的。

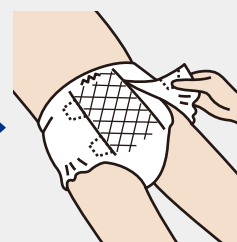
■こんな商品もあります

〈パンツ・テープ兼用タイプ〉

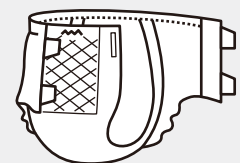
はく時にはパンツ型ですが、交換時には脇がはずせ、何度も付け外しができるタイプがあります。認知症でテープ止めタイプのおむつを嫌がるけれど、立てないのでパンツタイプでは交換が難しい方などに適しています。



はく時はパンツで



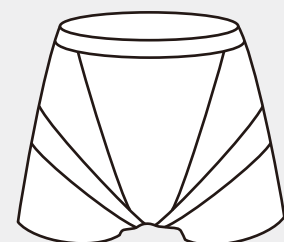
両脇をはずすと寝たままでもパッドの交換が簡単!



何度もつけはずし可

〈布製のホールドパンツ〉

紙製品が肌に合わない、パンツタイプの紙おむつを嫌がるなどの方には、よく伸びる布製パンツがあります。いわばパンツタイプのおむつカバーのようなもの。紙おむつアウターに代わって、パッドをしっかりと保持します。

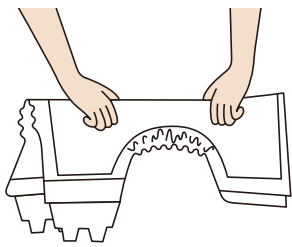


今どきの紙おむつはこうして使う ——つけ方・はずし方・後始末のしかた

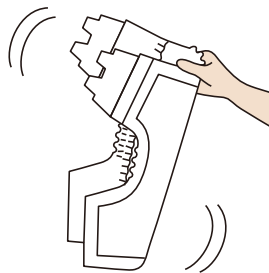
■紙おむつ交換のしかた(テープ止めタイプ)

随所に小さなコツがあるので、ひとつずつ注意を払いながら当てていきましょう。

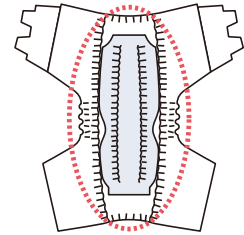
■おむつ交換のしかた



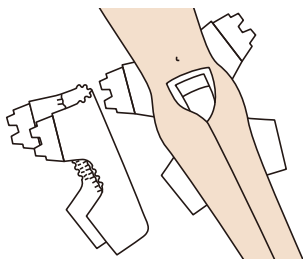
①おむつを開いて半分にし、真ん中に折り目をつける。



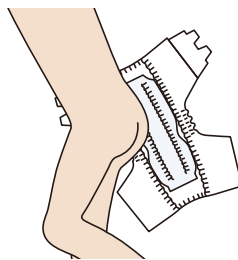
②両端を持って2、3度振り、ギャザーを立たせる。



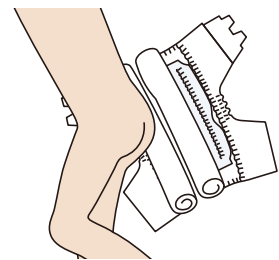
③尿とりパッドを、おむつのギャザーの内側に入れる。



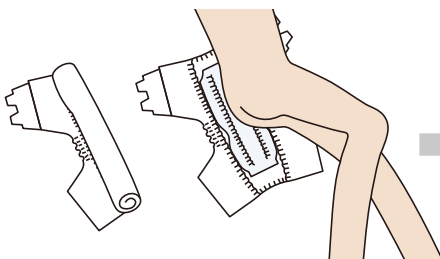
④おむつを体の横に置き、古いおむつのテープをはずす。



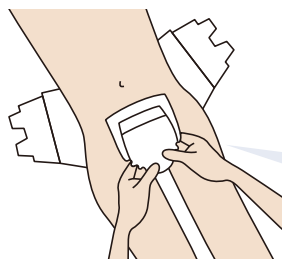
⑤横向きになってもらい、陰部を拭くか洗浄する。



⑥古いおむつを手前から半分丸めて体の下に押し込む。新しいおむつの端を少し丸めて体の下に入れる。おむつの折り目と背骨を合わせる。



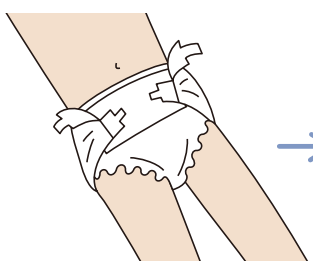
⑦体を反対向きにして古いおむつを引き出し、新しいおむつを広げる。



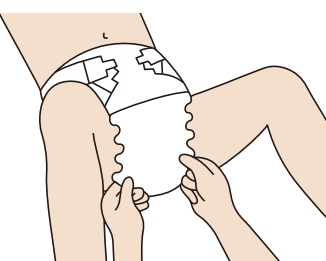
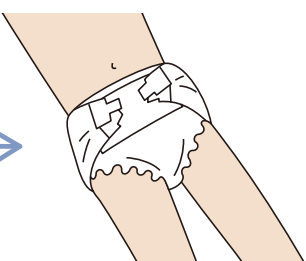
⑧体を仰向けに戻し、おむつを引き上げる。

Point

- ①おむつの股ぐりを体のビキニラインにきっちりと沿わせる。
- ②すき間ができないように、おむつをしっかり引き上げる。



⑨テープをクロスに止める。まず上のテープを仮止めし、次に下のテープをななめ上向きに止める。最後に上のテープをななめ下向きに止める。



⑩ギャザーが押し込まれていないか確認する。人差し指をぐるりとまわして、ギャザーを立てる。

■パンツタイプのはき方



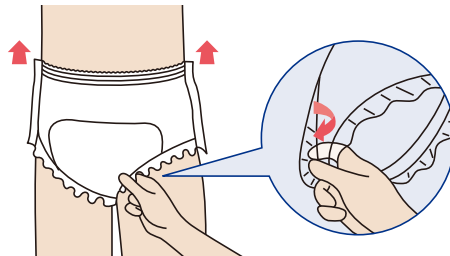
①古いおむつを下におろして脱ぐか、もし両脇が破れるタイプであれば、破ってはまず。



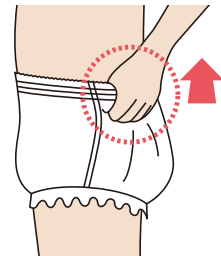
②おむつを持って2、3度振り、ギャザーを立たせる。



③パンツを同じようにはく。

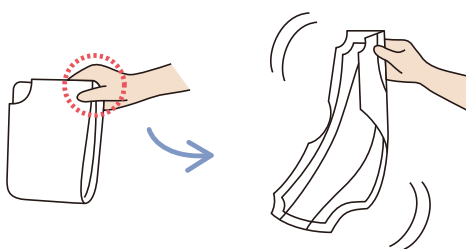


④指を入れて、中のギャザーを立たせる。

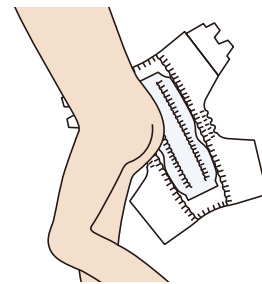


⑤しっかりと上に引き上げる。

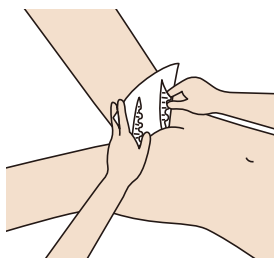
■パッド交換のしかた(テープ止めタイプ)



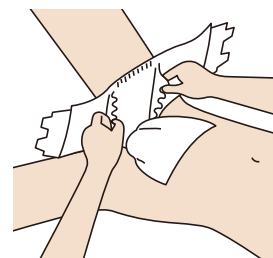
①パッドを開いて両手で持ち、2、3度振ってギャザーを立たせる。



②横向きになってもらい、古いパッドをはずして新しいパッドを置く。後ろ半分をおむつのギャザーの内側にしっかりとおさめる。



③仰向けに戻ってもらい、パッドのギャザーを立てながら体にあてる。



④おむつのギャザーを持って、パッドを内側に入れ込みながらあてる。

使ってはみたものの……よくある間違い「漏れの原因はこれだった!」

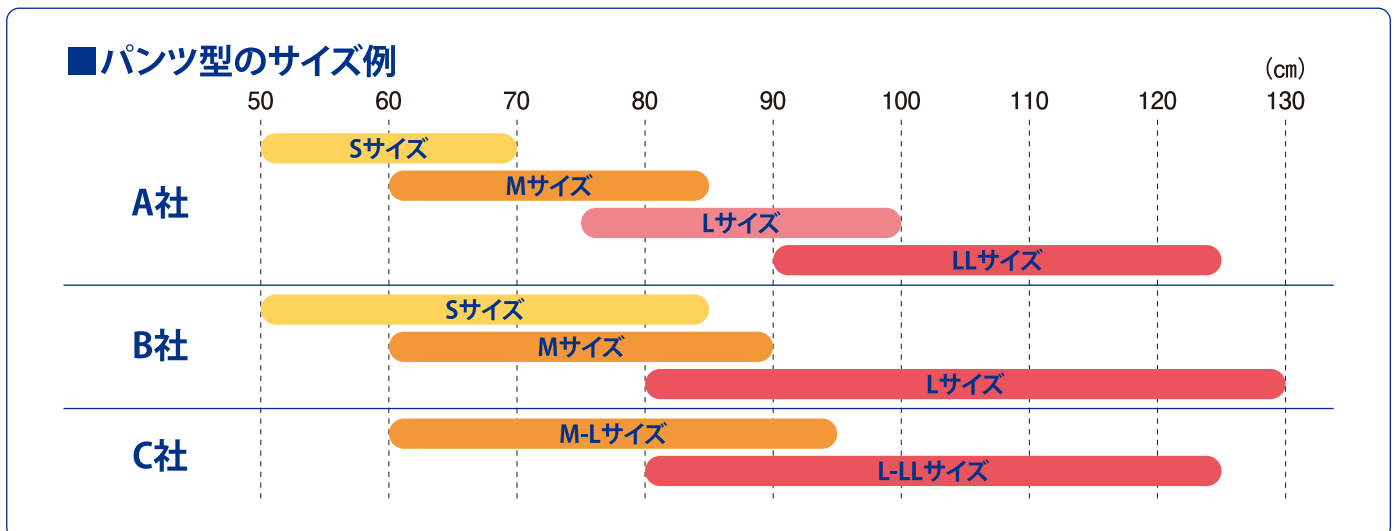
■そのサイズで本当にいいの?

家族の方は、本人の若い頃や元気だった頃の洋服のサイズで、おむつを選んでしまいがちです。ところが、要介護状態になるとやせてしまうことが多く、結果的に大き過ぎるおむつをつける羽目になります。窮屈なよりは大きい方がいい? いえいえ、残念ながらおむつに関しては、大は小を兼ねません。

とくにパンツタイプには気をつけてください。テープ止めタイプは調整幅が広めですが、パンツタイプは合う範

囲がかなり限られています。おむつが緩んで漏れることが多いなら、試しにサイズを変えてみるといいかもしれません。その際同じMやLであっても、メーカーごとに対応サイズ(cm)が異なることに注意してください。

また、パンツタイプはウエストサイズ表示ですが、テープ止めタイプは基本的にヒップサイズ表示です(稀にテープ止めタイプでウエストサイズ表示のものがあります)。



■おむつにギャザーがついている! いったい何のため?

ギャザーは防水シートでできています。尿の量が多いとすぐに吸収しきれませんが、ギャザーが防波堤となってせき止めている間に、ずっと吸収してくれます。この仕組みで股ぐりからの漏れを防いでいるのです。でも、このギャザーがちゃんと生かされていないことが、実には多いのです。

ギャザーを有効にするには、おむつをあてる前にひと手間かけて。テープ止めタイプなら、たたまれたものを広げ、背側と腹側を両の手で持って開きながら、バサッバサッと2回ほど振ります(5ページ「紙おむつ交換のしかた」参照)。パンツタイプも同様に背側と腹側を両の手で持ち、2回振りながら開きます。すると、パック内でねていたギャザーが起きて、立体ギャザーになります。これが

横漏れ防止に、絶大な効果を発揮してくれるのです(6ページ「パンツ型のはき方」参照)。

パッド交換の時は、パッドのギャザーを手で立てながら肌にあてます。次にテープ止めタイプのアウターのギャザーを両手で持ち、内側にパッドを納めてテープを止めます(6ページ「パッド交換のしかた」参照)。

最後に脚まわりのギャザーを始末します。内部に入り込んだギャザーをいったん全部引き出し、次にももの肉を引き出して、おむつの股ぐりを体のビキニラインに沿わせます。もし脚まわりにゆるみが出たら、再度テープをつけ直します。パンツタイプの場合は、はいたあとに脚まわりから指を入れて、内部のギャザーを立たせます。

■パッドの重ね使いはNG

同じ価格なら数の多いほうを買うのが人情というもの。でも、おむつの場合、それがアダになることがあります。

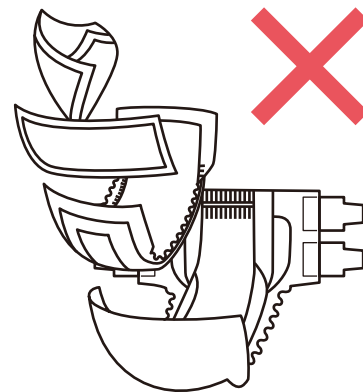
価格が同程度なら、おむつ1パック内の尿吸収総量は、ほぼ一定と考えてよいでしょう。つまり、尿をたくさん吸収できるおむつは枚数が少なく、逆に数多く入っているおむつは、1枚当たりの吸収量が少ないのです。後者は1日に使う枚数が多いので、交換の手間も増えます。反対に前者は、吸収量が多いので交換回数が減ります。枚数が多いからお得とは、必ずしもいいきれませんね。

漏れるとパッドをもう1枚重ねる人が多いようです。中には3枚、4枚と重ねる人も。これはコスト高になるばかりか、かえって漏れの原因になるので要注意です。パッドの下側には防水シートが入っています。だから、パ

ッドを重ねても尿は下のパッドにはあまり染み込まず、横にあふれてしまいます。

こうした場合は、もっと吸収量の多いおむつ、つまり、より枚数の少ないパックに変えるとよいでしょう。

尿量に見合ったおむつを買うのが、結果的にいちばんお得な方法といえます。

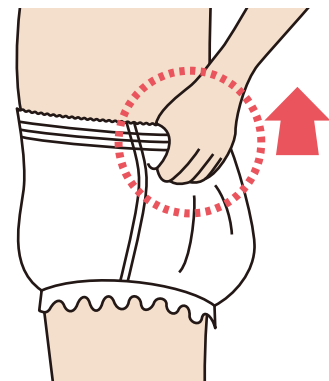


■尿量ってどれくらい？

1回の尿量を150ccとしているものが多数ですが、異なる製品もあります。介護される方の尿量を知るには、使用前と使用後に紙おむつの重さを量り、使用後重量から使用前重量を差し引いて算出します。

■背中から漏れるときは

とくにパンツタイプでは、背漏れの起こることがあります。これはおむつが下がっているのが原因。はいたら最後にしっかりと引き上げ、尿の出口にパンツを密着させましょう。とくにトランクス愛用者は、ゆったりした下着に慣れてしまっているため、注意が必要です。



こんなに進化した大人用紙おむつ

■赤ちゃん用とはここが違う

家族が急に入院しました。病院で「紙おむつを用意してください」と言われ、店に行ってもあまりの種類が多さにびっくり。どれも同じかと、枚数の多いものを買って帰ったら、パッド型だったので単独では使えず、もう一度買いに走る羽目に…。

こんな失敗談を耳にすることが増えました。

紙おむつといえばテープ止め、1枚ですべてOKのイメージがあります。初期の赤ちゃん用紙おむつがそうでした。「紙おむつなら昔使ったから大丈夫」と思っても、それが通用しないほど、大人用おむつは進化しています。ましておむつカバーに布おむつの時代とは、隔世の感

があります。

赤ちゃん用と大きく異なる点は、まず使用準備期間がないこと。妊娠がわかった時からあれこれ学習できる妊婦と違い、介護はある日突然やってくるものです。

次に異なるのは、おむつの種類が多いこと。赤ちゃんは月齢や体重で、割合単純に区分できますが、大人の体型は幅が広く、体重や尿の出方もさまざまです。

そして、これがもっとも複雑な要因ですが、体の不自由な場所や程度、介護の必要な度合いが、人によって大きく異なります。こうした理由から、大人用の紙おむつは、種類が豊富にならざるを得ないのです。

■本人に最適な排泄ケアを選ぶ

おむつは避けたい、これが万人の本音ではないでしょうか。

トイレが間に合わないなら、ベッド近くにポータブルトイレを置く、ベッドから降りられないなら尿器や便器を使うなど、排泄にはいろいろな方法があります。トイレでできないことイコール紙おむつしかない、のではありません。その人の状態に合った方法を探し、どうにも手が打てなくなったら、紙おむつを使えばよいのです。

しかし、不意の尿漏れや便漏れを気にして、外に出ることを恐れる方もいます。そういう方にはぜひ、パンツタ

イプの紙おむつをおすすめしたいと思います。初めは抵抗感があったが、パンツタイプを着用してから安心して外出できるようになった、以前の活動的な生活を取り戻した、という声がいくつも届いています。

また、夜間のおむつ交換で、寝不足からうつ状態になる家族もいます。家族だけでなく、本人も眠りを中断されて不快な思いをします。そんな時に吸収量の多いパッドを使えば、本人も不快感なく、家族とともにぐっすり休むことができるでしょう。

■大人用紙おむつは医療費控除対象品

同じ生計で暮らす家族の医療費合計が、年間10万円もしくは所得の5%を超えると、確定申告で医療費控除が受けられます。医療費とは、診療費や入院費、薬代などですが、大人用紙おむつもここに含まれます。

医療費控除を受けるには、医師の発行する「おむつ

使用証明書」と、紙おむつ代の領収書が必要です。おむつ使用証明書の発行や、領収書の書式にはいくつか条件があります。くわしくは、税務署や市区町村の介護担当窓口にお問い合わせください。

■電話相談やホームページを活用しよう

このサイトを見て、紙おむつを漏れないようにあてるのは、意外と難しいと思われたことでしょうか。パッケージには、つけ方をイラスト付きで表示していますが、うまくできなかつたり疑問が生じたりした時は、どうぞ電話で問い合わせてください。「漏れて困るがどうすればいいか」「どの製品を買えばいいか」という相談は、各社ともたくさん寄せられています。電話なら、パッケージ表示からもっと踏み込んで、その方に最適な方法をアドバイスできます。介護相談ダイヤルでは、介護にまつわる悩みや愚痴を話す方もいます。

紙おむつのやさしい肌触りや消臭機能はもはや当然のこと。水様便が漏れにくいパッドや、下着感覚のパンツタイプなど、どんどん新しい製品が開発されています。誰でも上手につけられる工夫を施した製品なども、生まれつつあります。

各社ホームページには、おむつのつけ方のコツから介護情報まで、多彩な記事が展開されています。ぜひご利用ください。また、試供品を送ってくれるメーカーも多数あります。電話やサイトで請求し、使ってみるとよいでしょう。

大人用紙おむつ各社相談窓口

会社名	取扱い商品名	窓口	電話番号
イワツキ株式会社	「ハイドライエース」など	消費者相談室	03-3966-8343
王子ネピア株式会社	ネピアテンダー「うららか日和」	あんしんダイヤル	0120-701-272
花王株式会社	「リリーフ」	リリーフふれあいダイヤル	0120-062-110
川本産業株式会社	「ポラミー」など	お客様相談窓口	06-6943-8956
株式会社コーチョー	「ラボーズ」	コーチョー消費者係	0120-78-1282
株式会社光洋	「ディスパース」	お客様相談室	0120-21-3858
株式会社サノテック	「ヘルパエース」「いたわり」	営業部	0545-65-1122
第一衛材株式会社	「フリーネ」	品質管理部	0875-52-6182
大王製紙株式会社	「アテント」	アテント介護相談ダイヤル エリエールお客様相談室	0120-062-370 0120-205-205
株式会社近澤製紙所	「メディパ」	営業部	088-893-2750
東陽特紙株式会社	「マーヤ」	営業部	088-892-0058
日本製紙クレシア株式会社	「アクティ」など	クレシア介護もしもし相談室	03-3459-0389
白十字株式会社	「サルバ」など	サルバお客様相談室	0120-01-8910
ピジョン株式会社	「ハビナース」	お客様相談室	03-5645-1188
ユニ・チャーム株式会社	「ライフリー」	ユニ・チャームいきいきダイヤル	0120-041-062
株式会社ララ		品質管理部	0120-02-8035
株式会社リブドゥコーポレーション	「リフレ」など	リブドゥお客様相談室	0120-27-1361

大人用紙おむつ各社ホームページ

会社名	取扱い商品名と ホームページ掲載事項	URL
イワツキ株式会社	「ハイドライエース」など 大人用紙おむつ	http://www.iwatsuki.co.jp/
王子ネピア株式会社	ネピアテンダー 「うららか日和」	http://www2.nepia.co.jp/tender/
花王株式会社	「リリーフ」	http://www.kao.co.jp/relief/index.html
川本産業株式会社	「ポラミー」など 家庭向け製品カタログ	http://www.kawamoto-sangyo.co.jp/products/pdf/gokatei.pdf
株式会社コーチョー	「ラボーズ」福祉事業	http://www.kohcho.com/nursing/index.html
株式会社光洋	「ディスパース」 排泄ケア事業	http://www.koyo.jp/care.htm
コストコホールセールジャパン 株式会社		http://www.costco.co.jp/
株式会社サノテック	「ヘルパエース」「いたわり」 大人用介護用品	http://www.sano-tec.co.jp/
第一衛材株式会社	「フリーネ」	http://www.daiichi-eizai.co.jp/products/personal-top.html
大王製紙株式会社	「アテント」がんばらない 排泄介護の手引き	http://www.elleair.co.jp/takecare/attento/
株式会社近澤製紙所	「メディパ」	http://www.chikazawa.co.jp/goods.html
東陽特紙株式会社	「マーヤ」	http://www.toyotokushi.jp/
日本製紙クレシア 株式会社	「アクティ」など 選べるアクティ	http://www.crecia.co.jp/healthy/acty_chart/index.html
白十字株式会社	「サルバ」など 大人用紙おむつ	http://www.hakujuji.co.jp/products/diaper/index.html
ピジョン株式会社	「ハビナース」	http://pigeon-hhc.info/index.html
ユニ・チャーム 株式会社	「ライフリー」	http://www.unicharm.co.jp/lifree/
株式会社リブドゥ コーポレーション	「リフレ」など 介護する方される方へ	http://www.livedo.jp/omutsu/

紙おむつ・ライナー生産数量(日衛連調べ)

(単位：トン、千枚)

			平成19年		平成20年		平成21年							
			年計	前年比%	年計	前年比%	1~3月	前年比%	4~6月	前年比%	7~9月	前年比%		
紙 お む つ	大 人 用	ティップ型 (パンツタイプ)	千枚	404,442	105	393,470	97	107,446	126	87,803	97	98,708	98	
			トン	50,618	103	48,631	96	13,038	123	10,837	96	12,066	97	
		パンツ型 (パンツタイプ)	千枚	597,453	105	635,216	106	162,863	113	153,614	101	164,908	108	
			トン	46,357	102	48,833	105	12,524	112	11,635	99	12,411	107	
		合計	千枚	1,001,895	105	1,028,686	103	270,309	118	241,417	100	263,616	104	
			トン	96,975	103	97,464	101	25,562	117	22,472	98	24,477	102	
		フラット型	千枚	297,758	86	273,995	92	65,691	94	67,928	98	70,207	113	
			トン	20,277	85	18,969	94	4,408	94	4,523	97	4,570	100	
		(パッド型) /その他)	尿とりパッド	千枚	2,591,174	107	2,648,153	102	701,597	111	670,648	102	706,201	109
				トン	118,436	112	127,117	107	33,036	110	32,058	102	33,376	107
	軽失禁パッド ライナー		千枚	651,223	123	739,934	114	195,385	115	215,791	111	195,481	112	
			トン	6,459	116	7,331	114	2,049	125	2,134	111	1,967	113	
	合計		千枚	3,242,397	110	3,388,087	104	896,982	112	886,439	104	901,682	110	
			トン	124,895	113	134,448	108	35,085	111	34,192	102	35,343	108	
	合計	千枚	4,542,050	107	4,690,768	103	1,232,982	112	1,195,784	103	1,235,505	109		
		トン	242,147	106	250,881	104	65,055	112	61,187	100	64,390	105		
	乳 幼 児 用	ティップ型 (パンツタイプ)	千枚	3,886,690	105	3,913,438	101	866,246	96	898,725	96	950,371	88	
			トン	120,250	103	118,580	99	26,392	96	27,070	95	27,962	86	
		パンツ型 (パンツタイプ)	千枚	3,953,571	108	4,028,160	102	1,109,331	117	866,261	87	1,030,987	107	
			トン	157,715	104	156,867	99	43,518	117	33,293	86	39,825	106	
合計		千枚	7,840,261	106	7,941,598	101	1,975,577	107	1,764,986	91	1,981,358	97		
		トン	277,965	104	275,447	98	69,910	108	60,363	90	67,787	97		
合計	千枚	12,382,311	107	12,632,366	102	3,208,559	109	2,960,770	96	3,216,863	101			
	トン	520,112	105	526,328	105	134,965	110	121,550	95	132,177	101			
ライナー	千枚	47,963	113	60,901	127	6,283	44	5,803	78	14,472	74			
	トン	75	115	120	160	13	43	12	109	31	76			

※製品分類については、平成10年1月から発表 ※平成17年1~3月分より輸入分を含む

■寝たきりの人のおむつ代は、確定申告すると医療費控除が受けられます■

昭和63年1月からおむつ(寝たきり用)は、医療費控除の対象になっています。控除を受けるためには、1.医師の発行する「おむつ使用証明書」
2.使用者の名前とおむつ代であると明記した「領収書」が必要です。詳しくは病院・医院、または税務署、市区町村役場にお問い合わせください。

ご質問ご意見お問い合わせは下記へ