排泄ケアの過去・現在・未来

<table>
<thead>
<tr>
<th>著者名</th>
<th>西村 かおる</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>雑誌名</td>
<td>北海道医療大学看護福祉学部学会誌</td>
</tr>
<tr>
<td>巻</td>
<td>□</td>
</tr>
<tr>
<td>号</td>
<td>□</td>
</tr>
<tr>
<td>ページ</td>
<td>□</td>
</tr>
<tr>
<td>発行年</td>
<td>2008-03-31</td>
</tr>
<tr>
<td>URL</td>
<td><a href="http://id.nii.ac.jp/1145/00006940/">http://id.nii.ac.jp/1145/00006940/</a></td>
</tr>
</tbody>
</table>
排泄ケアの過去・現在・未来

西村かおる
日本コンチネンス協会 コンチネンスジャパン株式会社

はじめに
全ての動物は、摂食してエネルギーを得、その老廃物を排泄しなければ生きていかない。従って生き物が生存した瞬間から排泄は行われてきた。ペットとして人間に近い犬や猫に限らず、野生の動物であっても親子の排泄をなめたりすることは、排泄を促進したり、排泄物を処理して衛生的、あるいは外的から身を守るケアをしています。
動物として生理的に排泄するだけではなく、ヒトとして文化的な排泄行為となり、しかもそのケアがケアされるようになったのは一体いつからであろうか。
ケアの語源であるギリシャ語のトーラは、相手を気遣うという意味から来ているという。他者を気遣うあまり、臭いや清潔度に過敏になりすぎた結果、現代では動物として不可欠である排泄が、社会のターベルとして最も避けようの問題の一つとなっている。
長いヒトの歴史の中から排泄ケアを振り返り、未来を考えてみたいと思う。

1. 原始時代
いったいヒトとしての排泄ケアはいつはじまったのだろうか？
500万年前、アフリカのどこかで人類の祖先と考えられている類人猿が出現したが、DNAの調査によるとそれらの祖先が活動的現生人類として言葉を使い、ヒトになったのは今から500万年前と推測できるという。（1）

しかし、一番古い石器を備えているのは、250万年前のものとされているし、ケアの最初の痕跡をもつネアンデルタール人の前の祖先ホモ・エレクトスはおよそ百数十年前の存在と推測されている。（2）
発見されたホモ・エレクトスの女性の骨には、血の塊が骨化したビタミンA過剰症であったものが見つかっているので、血の塊が骨化するまでの数ヶ月は激痛や中毒症状で動くことができずに生きていたことになる。その間、食べ物や水を口に入れられ、獣から守ってもらえるなければ生きていなかったはずである。

2. エジプト時代
排泄物が問題となるのは、ヒトが密集し、自然の浄化が困難になった時代である。
エジプト時代では、すでに多くの都市が下水を備えていたそうだが、考古学者たちは、民衆は通りに用を足し、王侯や祭司、軍人たちが使用していたと考えているようだ。（3）
排尿ケアに関しては、BC.2000年頃のバビロニアの古文書には失禁が脳神経損傷を起因することが以下のように記述されているという。「もし、男性で首の頭髪の位置がずれていたなら、手を足に麻痺が起こることがある。背筋が延長するのに尿が隠し隠し隠せることができることがある。」この記述は紛れもなく、神経筋肉障害による局所性失禁である。その治療法として、「しばしば溜れる時は尿を取り除くこと。尿が溜まって新しい時に尿を取ること」（治療書に記述され、バビロニア、メソポタミアのなべを使って導尿していたとのものである。この治療法は現在泌尿器科医師が積極的に動かす間接導尿と全く同じであり、23世紀も排尿困難に対する治療の原則が同じということに感慨が深い。因みに男性の骨盤内臓器のためにベッサリーも存在していたということか。
4. ローマ時代

ローマ人は非常に早くから、公衆便所と家庭用便所を使っていたそうだと、私どもポンペイを訪れたとき、遺跡に数々の廃棄物が見られた。確かにトイレの下に水が流れようになっていることを覚悟する。

排泄ケアに関しては、Celsius (B.C.251－A.C.50) が結石に関して「会陰組織近くにある石を別途服用に引き抜き、破壊させると尿道にろう孔を作ると危険がある」と記述している。

また、Galen (A.D.129－210) は、「残尿は膀胱障害後の膀胱閉鎖によるものと、膀胱結石による通過障害によるものがある」と述べている。

肉腫瘍のない時代に結石の除去を行っていたことがわかるし、また尿閉障害が齧歯性のものだと、物理的な障害によるものであると明確にしている観察には再度驚く。

5. 中世

古代と比較し、中世は暗黒の時代と呼ばれることがあるが、排泄に関しても程度はそう言える。せっかく、ギリシャ、ローマ時代に清潔かつ、科学的な発見を遂げた排泄の分野一端は足跡として示すような印象を持つ。下水道は崩壊し、公衆トイレを使用されなくなった。まるでとった排泄物は遠慮なく、窓から通りに捨てられたため、ロンドンも、パリも悪臭に満ち、ロンドンの貴族女性は道徳心を失った。排尿からドレスタリゼーションを守るためにハイビルを履くようにになった。また、不潔な状況からペストやコレラなどの感染症が多くの命を奪った。

しかし排泄ケアに関しては、悪いことはばかりでない。レオナルド・ダ・ヴィンチ (1452－1519) はそのスケッチの中に、膀胱の図を示し、膀胱底部には、幅広な筋があり、尿道が通っている。尿を出すときにはこの筋肉が聞いた。間まっ切るまでで、膀胱底部の口が開いた、閉まっている」と正確に記述している。

-- 8 --
また、ディバイスの発達には、目を張るものがある。

Ambroise Pare（1510—1590年）はルネッサンス時代の最も有名な外科医だそうだが、尿路に深い関心を示し、ペニスを切り落とされた男性のために排尿しやすいようにするためのディバイスを作成した。

1564年 男性用収尿器として世界で初めて図として残された物

ペニスを切り落とされた男性のために開発された収尿器

この収尿器を見た時、以前性同一性障害を持つ方たちから相談を受けたことを思い出した。体は女性でありながら、精神は男性である人たちを女性から男性という意味でFTM（Female to Male）と表現するが、その方達の悩みは立ちションができないということだった。ホルモン剤を使い、ある程度外見上は男になることは可能だが、戸籍上の問題があり、なかなかホワイトカラーの仕事につくことが難しい。従って、外での肉体労働が多くなるが、男性ばかりの職場で排尿といえば立ち小便が多くなる。しかし、泌尿器が女性であれば前日に排尿すらできない。外での仕事でありながら、水分をぎりぎりまで制限したり、仕方なく個室に入っていると「いやいや、ちょっとこの便をしているんだ」とかしかされがちだったりして、肉体的にも精神的にもきつい。そこでディバイスで何とか立ち小便ができるようにならないかという相談があった。グループで相談にいらしたが、その中心となっていたのが戸籍の変更や性転換手術が保健適応になるように名前を公表して熱心に活動をしてこられた虎井まさ衛さんだった。虎井さんは入口ペニスを作る手術を苦労してアメリカで受けられていたが、排尿にはディバイスを使っておられた。それはご自分で苦労して改善を重ね、血のじゅうのような努力という言葉があるが、使用に際しては実際に血が出る訓練を繰り返して、現在は立ちションも可能となっておられる。そのディバイスは図と全く同じではないが、原理としては一緒だったので、見た瞬間、相談を受けた時にことが甦ってきた。

相談は収尿器を作っている経験豊かな工業デザイナーと一緒に受け、女性化器は個人差が大きいので、どうしても確実なことにしたいのであれば、尿道留置カテーテルを入れて、それに人工的なペニスを作り、カモフラージュすることが一番確実ではないかと答えたいと思う。

ペニスがある男性は、収尿器をつけることができる利点を中世から利用していたようだ。Fabrius Hildanus（1560—1634年）は尿失禁の男性のために豚の膀胱を使い、装着型の収尿器を開発した。
6. 日本の歴史

では、日本の排泄状況はどうなっていたろうか。

日本は水が豊富なことから、古代では排泄物は水に
流すことで浄化していたようだが、水田が作られる
ようになったとき、貴重な肥料として活用されるように
なっていた。その後利用のやすらしさは食循環としても
環境問題としても現代でも非常に理にかなっている
ということ。尿が貴重な資源として利用されたた
め、江戸時代には、共用のトイレに近い排泄物は
高く売られ、しかしこつしている内容によって、尿
の栄養分も異なったようで、長屋の排泄物と名前
敷や大店の排泄物は価格も異なったそうである。

排泄ケニアに関しては、1997年に相沢草栄、杉田玄
白を中心とするオランダ解剖図・ターハルアナトミア
の中で腎臓、膀胱が紹介されている。

以前、失禁という言葉は新井白石（1657～1725）が
初めて使ったということを耳にしたことがある。文献
検索をしてみたが、残念ながら見つけることはできな
かった。しかし、女性の月経処理に対しては、和紙を
折りたたみ、四方をこよにして結んで処理する方
法、ふんごしを利用する方法が紹介されていた。おそらく
失禁に対してでも同様に対処していたのではないか。
男性の失禁に対しては骨盤底筋が非常に重要で
あるが、助産婦の知人と、アフリカのナースから昔の
女性は骨盤底筋を鍛えており、月経時に排泄すべき場
所に行かず骨盤底筋を鍛じ、その場で骨盤底筋をゆ
るまぜて月経血を排泄しているというのはなしをきいた
ことがある。下着をつけない時代の女性はその代わり
に自然と骨盤底筋を鍛えているのかもしれません。

子供の排泄に関しては、布が貴重だった時代の
子どもは裸だったようだ。江戸時代の農村では、
薬や木で作った子桶のような器に灰や葉などを入れ、おしりが布団にかからないように寝かされていたようだ。排尿すると葉などに吸収され、交換することで清潔が保たれていたという。

写真1 エジコ  図3 エジコの構造

7. 近代の治療の発展

デバイスなどは中世からあまり変化はなくとも、治療法は発展を遂げてきた。

保存的療法としては、1935年Hahnemannは失禁のタイプを正確に分類し、利尿剤、コリン剤、抗コリン剤など、異なる薬物を使用することを明記している。

1958年には、Rhodesが尿酸ガスとクロロホルムの混合を使って、膀胱をふくらせ、初めて高齢者の失禁治療に成功した。

1964年には、Babinskiは腰椎穿刺によって神経性膀胱の治療に成功したと報告している。①

1950年代には、アメリカの産婦人科医師Kegleが骨盤底筋体操を提唱し、その効果を示した。そのため、一部の専門家では現在も骨盤底筋体操をケーゲル体操と表現されている。

外科的治療は19世紀に入り、麻醉の発達とともに進化してきた。最初は古代から女性の大きな問題であった女性の膣の透視術から始まり、引き続き、腹部性失禁手術も行われるようにになった。また、尿道を狭くする手術なども引き続き行われるようにになった。

男性に関しては中世からすでに行われていたが、1911年にはSquierによって、切除するのではなく、筋肉を使った再建手術が行われた。また1947年にはFoleyによって人工括約筋手術が初めて行われた。

医学の発達とともに、治療法は現在も進化をとげている。

8. おむつからおむつはずしへ

布が貴重だった時代はおむつを使用することもなかなかなかったが、着着などからおむつを作るようにになった。因みに漢字では、撮囲と書くが、これは長生きした大人の占着を生まれてすぐの子どもに着せ、衣で強く包むことで、子どもの成長を願う言葉から出たという説もある。③

1950年からスウェーデンでは大人用の紙おむつを作っていた。スウェーデンでは、第二次世界より子供用の紙おむつを生産していたが、これは、ヒトラーが布せいの流通を阻害するために、自給自足をえなくなり、自国の森林から作りはじめたことがきっかけという。

日本の老人に関しては、在宅では、家族の着具した浴衣やさらしからおむつを作っていたが、老人ホームでは、1975年頃までフランネルの反物からおむつを作成していた。洗濯に強く、汚れても色がわからないように縦の縦模様などが使われていた。

1974年に日本で初めてのフラットタイプの紙おむつが販売されたが、高価であったこと、また吸収量が少なかったことから、すぐに普及はしなかった。この年にアメリカではボリマーが開発された。

1979年に日本でテープタイプのおむつが販売され、販売が拡大していた。特に、大人用にボリマーが使われ始めた1985年頃より紙おむつが低コストとなり、紙おむつでかかる費用が一月1万5千円を切ってから、急に普及していった。

80年代に尿失禁パッドが出て、3年以内に普及していき、現在も重ね使いがされているが、私が知る範囲では、重ね使いは日本だけのように思う。布の時代が長かった名残であろうか。

おむつ外しのムーブメントは1975年頃より、寝食分離、寝たきりを起こさせという運動が各地で広がったことと重なっている。紙おむつが販売されたということとも影響しているであろう。

当時は洋式トイレはほとんどなく、和式であったと
9. コンチネンスケア

寝たきりを起こそう、おむつを外そうというだけではなく、海外では泌尿器科医師を中心として、更に積極的に尿失禁を治療という動きが始まり、1970年イギリスを中心にInternational Continence Society（略してICS）が設立された。

コンチネンスとは失禁であるインコンチネンスの背定形で、排泄がコントロールされている状態を表す言葉である。ISCは失禁を治療する泌尿器科医師が中心の会だったが、1980年頃より、排尿障害専門のクリニックで働くナースや、骨盤底筋体操を専門とする理学療法士たちが集まり、コンチネンスアドバイザーとして働きはじめる。そしてコンチネンスアドバイザー協会が設立され、卒後教育の専門コースが開発された。1990年にはイギリスでコンチネンスアドバイザーは約300人となり、英国でコンチネンスアドバイザーがいない地域はなくなり、地域で排尿ケアの向上に努めている。同様の動きは英国連邦、ヨーロッパ各地、アメリカ、またシンガポールにも広まっている。

日本では、1988年に初の尿失禁治療薬が2社同時発売され、活発な啓発活動が開始された。また、相次いで、疫学調査が行われ、その結果、成人人口の10％が恒常的に尿失禁をもつているが、一括しか受診していないということがわかった。

時期を同じくして、イギリスでコンチネンスアドバイザーのコースを修了してきた筆者が勉強会を設立。1990年に日本コンチネンス協会となった。

日本コンチネンス協会は「すべての人が気持ちよく排泄のできる社会をつくること」をスローガンとして、活動している民間のボランティア団体である。普及、相談、教育、研究、開発、情報サービスの6つの活動を展開してきた。

6つの活動

排泄にこびりついた否定的なイメージやタブーを取り除くために活動しています。
10. 現状と今後の課題

20年近く、排泄ケアを改善すべき活動をしてきた結果、全く知られていなかった骨盤底筋体操の認知度が向上したこと、各県に排尿障害に関する専門外来が出たことは進歩といえよう。

しかし一方での現状では成人のおむつ市場は年間2兆円規模で増加しているが、尿失禁の専門外来は各県に一つ程度、小学生の50％は便秘、また排便外来はほとんどないという実情もある。

紙おむつの売り上げがこうも伸びているということは、進進しているとだけ言えないだろう。

今後、団塊の世代の高齢化、少子化、介護不足、大腸がん、前立腺がんの増加、認知症の増加、といったリスクを考えると排尿障害を持つ人口は更に一挙に増加する可能性は高い。

対処として、テクノロジーの発達にはどこまで期待できるのだろう。

確かに、治療は進化してきているが、エビドト、ギリシャ時代から変わっていないもないであろう、用具に関しては、中世とはほぼ同じである。果たして、長い歴史を振り返ってもほとんど変化のない排尿への対処は期待できるのだろうか?

それを変化させるには、まず意識が変わるしかないと考える。

排尿ケアを自分のこととして、パラマターを取り除くこと、そして国のシステムにのせること、また臨床現場のケアの質を向上させること、そして全く手つかずの排便領域の研究・開発に着手する必要性が高い。

心のパラメターを取り除くためには、ネガティブキャンペーンではなく、衛生を正しく理解できる環境を創り、ポジティブキャンペーンを展開することが大切だろう。清潔志向が進みすぎ、学校で排便すると「汚い子」といじめの対象となっているような歪んだ社会では、心のパラメターを開放することはより手難である。

2007年08月31日の朝日新聞のHPにおけるニュースが掲載された。

悪臭消えず、JR宝塚線が運休「我慢しきれず…」

31日午前6時10分ごろ、兵庫県尼崎市のJR宝塚線・塚口駅構内で、同線堺方面行き高速電車（7両編成）の運転箱に腐敗臭が発生し、運転士が見つけて、清掃したが悪臭が消えず、この車両の運転をとりやめた。

JR西日本によると、同車まで乗車していた客たちが「我慢しろくれもんなら」と話しているという。
4本が運休、約1700人に影響があった。
同様の記事は8月31日読売新聞夕刊では「電車内に汚れ」4本運休・車掌トイレ間に合わず、9月8日スポーツ報知朝刊には、車掌の服がうっすら・運動室で「風呂敷を敷ききれない」と、午後のスポーツ報知朝刊では、車掌が運動室で服を洗い去し、洗面所に4本運休という見出しで出た。
私がこの記事を知ったのは、ちょうど排泄ケアの未来をどう予測しようか、と悩んでいるところであっただけ。
最初に思ったことは、「なぜこんなことがいちらち、全国のニュースになるのだろう？」ということだった。確かに、電車の運休は公共サービスが高いことだが、ローカル路線のような線路をたどったオーバーに取り上げる必要があるだろうか。また、これでは車掌の立場をなく、心の外傷を残しかねないし、会社はそのあたりのことを配慮していないのではないか、と危惧した。また、このニュースを読んだ過敏症患者の報告が、温かく、用心深いすべての人たちに不安と恐怖の追い討ちをかけるのではないか、という思いも強く持った。そして同僚である運転士は仲間をかばうという気持ちではもてなかったのだかもしれない。しかしこのことを一人、一人がどう受け止め、どう考えることができるか、私たちが作る未来ではないかと強く思う。
ヒポクラテスは病気を間違えず、健康の回復は4種の体液が調和することによって得られるとし、外環境や生活のバランスの大切さを唱えている。
ケアが相手を気遣うことをあれば、外環境としての役割は大きい。何百万年も前に人類の祖先が地板をいたわってきたのであれば、その根点に返って、未来のケアは今私たちが図っていることを自覚したと望む。

引用・参考文献
1) ニコラス・ウェイド（沼田由起子訳）：5万年前のとき人類の壮大な旅が始まった イースト・プレス 2007年 24p
2) 渡部憲一：人間とスポーツの歴史 高苑出版 2003年 3p～4p
3) 渡部憲一：人間とスポーツの歴史 高苑出版 2003年 9p～10p
4) マルタン・モスティネ（吉田春美・花輪照子訳）：排泄全書 原書房 1999年 130～144p
6) ジャン・ゴルダン オリヴィエ・マルティ（藤田真利子訳）：お尻とその穴の文化史 作品社 2006 31p～44p
7) 今裕：ヒポクラテス全書復刻 名著刊行会 昭和53年 63～77p
8) スチュアート・ヘンリー：はかりながら「トイレと文化」考 文芸春秋 1993年 192p
9) マルコ・チャンキ：レオナルド・ダ・ピンチ解剖図 Guinigi Gruppo Editoriale 1998 41p
10) 虎井美明：女から男になったワタシ 青弓社 1996
11) 本間之夫・西村かおる編集代表：排泄学ことはじめ 医学書房 2003年 186～192p
12) マルタン・モスティネ（吉田春美・花輪照子訳）：排泄全書 原書房 1999年 348p
13) 李家正文：尿尿と生活文化 奈流社 1989年 34p
14) 有田正光・石村多門：ウンコに学べ！ちくま書房 2001年 50～80p
15) 渡辺信一郎：江戸のおトイレ 新潮社 2006年 180～196p
16) 解体新書現代版訳
17) 渡辺信一郎：江戸のおトイレ 新潮社 2006年 169p
18) 李家正文：尿尿と生活文化 奈流社 1989年 120p
19) 坂野吾郎 高橋悦二郎他：おむつ百科 P&G 昭和62年 2～3p
20) 坂村孝二監修：ただきり老人の家庭看護 家の光協会 昭和60年 85p

受付：2007年11月30日
受理：2008年1月30日