

# おむつの悩みかんたん解決シート

保存版

介護する人にとって排泄の支援は、避けて通れない重要なテーマです。今回は、そんな排泄の支援における必須アイテム「おむつ」をピックアップ。利用する人に合わせた商品の選び方や実際に使う時の注意点など、皆様が抱える疑問にお答えします！

## ① おむつ選びでの困りごと

## おむつの選び方が分からない...



身体の状態にあったものを選びましょう。

超うす型は、おむつ単体での使用がおすすめです

軽度

ひとりで  
外出できる方

### 使用するおむつ

**パンツタイプ（超うす型）**  
下着と同じ形に作られているタイプ。薄いのでズボンの下に履いても目立ちません。

★リリーフ 超うす型まるで下着



花王リリーフ さらに詳しい情報や使い方はこちら！



ひとりで  
歩ける方

### パンツタイプ（うす型）

下着と同じ形に作られているタイプ。薄さも安心感も求める方に。介護初心者におすすめ。

★リリーフ 上げ下げらくらくうす型パンツ 2回分



介助があれば  
歩ける方

### パンツタイプ（うす型）

下着と同じ形に作られているタイプ。薄さも安心感も求める方に。安心の3回分吸収。

★リリーフ 上げ下げらくらくうす型パンツ 3回分



介助があれば  
座れる、  
立てる方

### パンツタイプ（うす型～長時間）

下着と同じ形に作られているタイプ。長時間でも安心の4回分吸収。

★リリーフ 上げ下げらくらく長時間パンツ 4回分



### パンツタイプ（長時間）

下着と同じ形に作られているタイプ。厚型なのでたっぷり吸収することができます。

★リリーフ 上げ下げらくらく長時間パンツ 5回分



寝て過ごす  
ことが多い方

### 2wayパンツタイプ

昼は動きやすいパンツタイプ、夜はモレないテープ式として使える2way機能を持ったパンツ。

★リリーフ テープ式にもなるパンツ



### テープ式タイプ

テープで止めて組み立てるとパンツの形になるタイプ。

★リリーフ 股モレ安心テープ式



### 一緒に使うパッド

#### パンツ用パッド

パンツタイプと一緒に使う尿とりパッド。上手に使いえば、おむつ交換がラクで経済的。うす型・厚型両方とも使えます。



★リリーフ 紙パンツ用パッド  
ズレずにピタッと超安心2回分



★リリーフ 紙パンツ用パッド  
ズレずにピタッと超安心4回分



★リリーフ 紙パンツ専用パッド  
快適アロマ安心フィット



★リリーフ 紙パンツ専用パッド  
快適アロマ一晩中安心フィット

#### テープ用パッド

2wayパンツ・テープ式と一緒に使う尿とりパッド。上手に使いえば、おむつ交換がラクで経済的。



★リリーフ モレ安心パッド 3回分/4回分/6回分

重度



## 2 おむつ着用での困りごと

# おむつからモレて困る...



### おむつのあて方のポイントをチェック

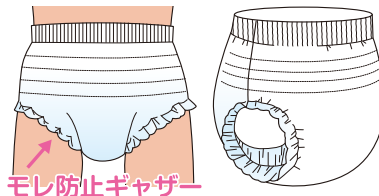
#### パンツタイプ

##### おむつの後ろ側をしっかりと引き上げる



おむつは腰側・背中側ともにウエストの位置まで引き上げましょう。特に背中側は見落としやすいので注意しましょう。引き上げが甘いと、モレやズレの原因になります。

##### モレ防止ギャザーを押し込まない



尿とりパッドを使用する場合は、モレ防止のギャザーが押し込まれないようにしましょう。ギャザーが押し込まれるとモレの原因になります。

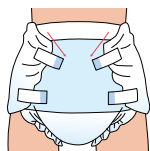
##### 肌着を挟み込まない

パンツタイプに肌着の裾を挟み込むと、肌着を伝わってモレる場合があります。おむつを交換する際には挟み込まないように注意しましょう。

#### テープタイプ いずれの方法も、テープを止めた位置が左右対称になるようにしてください。

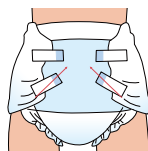
##### 腹回りが細い場合

上のテープを斜めに下向きに。



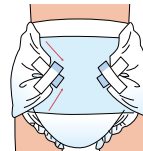
##### 脚回りが細い場合

下のテープを斜めに上向きに。



##### 体全体が細い場合

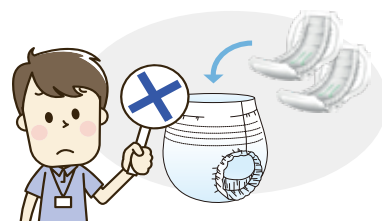
上下のテープを交差させて止める。



### パッドを重ねて使うのは逆効果

「尿モレや尿量が多いから」と、尿とりパッドを重ね使いしていませんか？

おむつの外側を覆っている防水シートは、尿を通さないの、**重ねても吸収量は変わりません。**おむつや尿とりパッドの重ね使いは、肌との間に隙間を作り、**モレやズレの原因**になります。



## 3 おむつ代での困りごと

# 月々のおむつ代が高くて困る...



#### 尿とりパッドと組合わせて使う

パンツ単独で使用するよりも、尿とりパッドと組合わせる方がおむつ代の節約になります。また、おむつ交換の負担軽減にもなります。

※あくまでも目安・例です。実際は併用タイプ、交換枚数、枚単価、販売価格によって異なります。



#### 医療費控除と補助制度を利用する

利用するおむつの購入費用も、条件を満たせば医療費控除の申告ができます。各自治体で提供しているおむつ給付や助成制度と組み合わせましょう。

※主におむつの「現物給付」と自分でおむつを購入した場合に市町村から助成金が出る「現金助成」があり、条件は各自治体によって異なります。