



2023年7月15日配信号

まごころ事務局です。

皆様 いかがお過ごしでしょうか？

事務局のある東京は、もう梅雨明けしたの？というような暑さ、降雨のない毎日です。7月12日の水曜日には、東京八王子で39.1度（13時10分）！

体温を超えてました。



右の写真は、事務局のオフィスの近くの運河沿いの道を撮影したものです。

木陰のさわやかな風に、かわいいお花がそよいでいて、一瞬の涼を感じました。

今号の目次

- ト○【ご注意】 真夏のストーマ 注意点
- ト○【ご案内】 サンプル請求・製品情報サイトについて（詳細その3）
- ト○【お願い】 SIUP 調査へのご協力のお願い
- ト○【事前告知】 まごころ満足度調査へのご協力のお願い

【ご注意】

真夏のストーマ 注意点

前号では、夏の発汗対策について、工夫などを記載させていただきました。

今号は、それ以外の真夏のストーマケア注意点をいくつかご紹介させていただきます。

1. 面板をはがすときにはやさしく

夏は、装着期間が短くなることで、貼ったりはがしたり回数が増え、皮膚への剥離刺激もアップ。なるべく皮膚への剥離刺激を軽減するように、面板は**はくり****剤**を使用して、やさしくはがしましょう。

2. 水分補給

熱中症対策としても、真夏の水分補給は声高に叫ばれていますが、皮膚の表皮に備わる、外部刺激等から守ってくれるバリア機能がよい状態に保たれるには、皮膚に適切な水分量が保たれている必要があります。皮膚の健康にとっても、水分補給は必要不可欠なのです。

※ご病気などにより、摂水制限の指示等を医療従事者から受けている場合は、その指示に従ってください。

3. かゆみ、肌が赤くなる

ストーマ周りの皮膚のトラブルの原因は様々なものがあります。あせもだろう、と自己診断した結果、悪化してしまった、とならないよう、早めに[ストーマ外来受診](#)や[医療従事者に相談](#)しましょう。

4. 装具の持ち歩き、保管場所

面板の皮膚保護剤は、高温多湿、低温乾燥が苦手です。

まごころ会員様の工夫を以下に掲載します。ご参考に。

【埼玉県 K 様】

特に注意すべきは①面板、②皮膚保護シール、③入浴用保護シート等の粘着剤の付いた[製品の保管と発注時の配送方法](#)です。そこで今年の計画を次のとおり決めました。

[保管場所](#)は冷房の効いたリビング等が良いとのことですが、夜間や不在時は高温

になる危険も考慮して、量販店で購入した小型の冷蔵庫（約 1 万円程度）を設置して最小出力で運転すれば温度 12~14°C、湿度 45%に保て、使用時に 5 分程度常温室内にて用意すれば快適となります。

発注に関しては、在庫を常に把握して原則 6 月中旬から 8 月末までの発注をなるべくしないように計画しております。配送業者の車内も非常に高温になりますからね。

【宮城県 M 様】

百均ショップに行くと色々な**保冷バッグ**が売っているので活用できると思います。ちょうどお弁当箱サイズの保冷ケースも売っていて、私は装具積み込み用に購入しました。

それから、私は一年毎に持ち歩き装具を新しいものに交換するようにしています。

【神奈川県 S 様】

装具と保護剤、剥離剤を二回分くらい B5 ないし A4 ぐらいの**保冷バッグ**（百均で購入）に入れ**保冷剤**を二、三個入れて持ち歩きます。

毎日車の移動をしており夏場は特に気を使います。バッグは座席シートの下に入れて保管してます。エンジンがフロントなので座席下が一番温度が低いのです。

（座席下は熱をカバーする断熱材が引いてあるのです、どの車も構造的に）

エンジンが座席の下にある車では後部座席の下がおすすです、これも同じ理由です。サンバイザー上やコンソール内は夏場特に熱が高まります。車の構造による理由です。

大体 27 時間くらい形状の変化はありません。

ただし、**装具は、必ずチャック式ポリ袋などに入れて保管**することをおすすめします。



はくり剤、保湿成分のあるケア用品や皮膚保護剤についてのご質問は

まごころ事務局まで

start@hollister.co.jp

【ご案内】

サンプル請求・製品情報サイトについて（詳細その3）

前号でもお知らせした、新しくなった

ホリスター・ダンサック製品のサンプル請求・製品情報サイト。

引き続き、詳しく説明していきたいと思います。



今回は、

【あなたに合った製品を探す】

の中から、

2. お悩みやお困りごとから探す

について詳しく見ていきます。



漏れ



【お悩みやお困りごとから探す】



皮膚トラブル



装具装着時の不安



運動



日常生活・社会生活



臭い



皆様からよくお伺いする内容を左記の6つに大別しています。

該当するお悩み・お困りごとのタブをクリックください。



漏れ

面板の孔とストーマのサイズや形があっ
ていない



ストーマ周囲に、しわやくぼみがある



面板の貼りつきが悪い、はがれやすい



排泄物が、面板の下に潜り込んでいる、
パウチの上部にとどまっている



【漏れ】を選択した場合、

漏れにつながる状況が、複数表示されます。

該当する状況のタブの「+」をクリックください。

ストーマ周囲に、しわやくぼみがある ×

ストーマ周囲にしわやくぼみなどがあると、面板が肌にしっかり密着せず、漏れへとつながることがあります。**用手成形皮膚保護剤**などを使用して、しわやくぼみを埋めるとよいでしょう。

推奨製品

ホリスター製品

用手成形皮膚保護剤 >

ダンサック製品

用手成形皮膚保護剤 >

該当する状況のタブの「+」をクリックすると、アドバイスと推奨製品が表示されます。

左記のアドバイス例は、

【ストーマ周囲に、しわ・くぼみがある】を選択した場合となります。

【ご注意】

上記は、簡易的に推奨製品を提示したものです。

装具の選択にあたっては、他にも多くの項目を考慮したほうがいいので、医療従事者（ストーマ外来）に相談するようにいたしましょう。

[ホリスター・ダンサック](#)
[サンプル請求・製品情報サイト](#)
[こちらをクリック](#)

【ご注意！】

サンプル請求の際に、新規登録された場合、ご自分の ID、パスワードは

必ず控えておくようにしてください。

サンプル請求には、ID、パスワードでのログインが必要になります。

このたびは、株式会社ホリスター Hollister サンプル請求サイト会員にご登録いただき、誠にありがとうございます。

このメールはご登録時に確認のための送信させて頂いております。

■ご登録いただいたユーザ ID

ユーザ ID : 230601000003

パスワード : ●●●●●●●●

ユーザ ID は株式会社ホリスター Hollister サンプル請求サイトのサービスにログインする際に必要となります。

※お問い合わせは下記までご連絡をお願いいたします。

【専用フリーコール】

TEL 0120-032-950 (携帯電話・PHS からもご利用いただけます)

・受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 (土日・祝日・年末年始を除く)

※お電話のおかけ間違いには充分ご注意ください。

今後ともホリスター・ダンサック製品をよろしくお願ひ申し上げます。

<http://www.hollisterjp.com/>

サンプル請求の際に、新規登録された場合、左記のような登録完了のメールが届きます。

このメール内にも、ID は記載されているので、こちらのメールを保存しておくのもいいかも知れません。

もちろん、まごころ会員様専用ページも、下記リンクから変わらずご覧いただけます。まごころページの閲覧に ID は不要。パスワードのみ、下記を入力ください。

パスワード : 0120977985

[まごころ会員様専用ページ](#)

[こちらをクリック](#)

再掲【お願い】

SIUP 調査へのご協力をお願い

以前も調査へのご協力をいただいておりますが、まごころには毎月多くの方がご入会されておりますので、まだご回答いただけてない、という方も多々いらっしゃると思います。ぜひ、調査へのご協力をよろしく願いいたします。

NPO 法人ストーマ・イメージアップ・プロジェクト (SIUP)

「第3回ストーマ保有者の困った経験実態調査」のご案内

私ども NPO 法人ストーマ・イメージアップ・プロジェクト (SIUP) は、ストーマケアを専門とする看護師の有志団体で、ストーマ保有者の方が生活しやすい社会環境を整え、以って生活の質の向上を目指すことを目的とした非営利組織です。

このたび、活動の一環としてオストメイトの皆さまにアンケート調査へのご協力をお願い申し上げます。主な内容は、ストーマ管理や日常生活で困った経験、コロナ禍での経験などです。調査にご協力いただけます場合は、以下の URL からご回答いただけますでしょうか。

本調査は大阪大学の倫理審査委員会の承認を得て実施しており、結果につ

いては日本ストーマ・排泄リハビリテーション学会、日本創傷・オストミー・失禁管理学会など関連学会で発表、論旨投稿するとともに、SIUP 発行の「実態調査報告書」としてまとめられる予定です。

[調査への回答は
こちらをクリック](#)

【事前告知】

まごころ満足度調査へのご協力をお願い

毎年皆様にまごころのサービスについてや、皆様のストーマの状況に関する調査へのご協力をお願いしております。

今年も近日中に、無作為抽出させていただいた一部の方あてに、メールにて改めてお願いする予定でございます。

(調査は、survey monkey という外部ツールを使用し、所要時間 15 分程度となります)

ぜひご協力のほど、お願い申し上げます。

【編集後記】

今回も最後まで「まごころ通信」を読んでいただき、誠にありがとうございます。
ます。

皆様、夏休みのご予定はいかがでしょうか？

まごころ事務局は暦通りの営業となっております。(なので、旅行などにも行
けず…)

皆様のお土産話を楽しみにお待ちしております！

まごころは、オストメイトである会員様同士のストーマライフにおける、コ
ツ・工夫、意見交換の場でありたいと思っています。

ぜひ、他の会員様に聞いてみたいこと、お伝えしたいこと、ご意見、ご感想
をお寄せください。楽しみにお待ちしております。

※尚、本メールと行き違いで配信停止、退会手続きをされた場合は何卒ご容赦ください。

※記載された内容は予告なく変更することがあります。

※このメールに掲載された記事を許可なく複製、転載することを禁じております。

※メールマガジンの配信停止をご希望の場合は、

配信停止希望と書いて、ご住所・お名前・電話番号と配信停止理由をご記載の上

Start@hollister.co.jp にメールをください。

Copyright(C) まごころ事務局 All Rights Reserved.

[発行・編集] 株式会社ホリスター

住所：東京都品川区東品川 2-2-8 スフィアタワー天王洲 21 階