

# あさひP00マスター Vol. 1



P00マスターとは



排便ケアのプロフェッショナルです！

目指すことは、『誰もが気持ちよく排便できること』を支援することです。

## 気持ちの良い状態で排便するために



便育とは

大便・小便は体の調子知らせるメッセンジャー！  
気持ちよくうんこができる暮らしを育む健康づくりです。

## 排泄ケアの現状・・・排泄に苦痛はないのか

こんな声を聞いたことはないですか？



便3日出てないから  
下剤で便出そう

うんちが出ないから  
食事食べたくない

今日は訪問看護  
師がくるから  
便出し日

毎日便出ない  
と便秘だよ

下剤飲むと失敗する  
からいや  
漏れるかもしれない  
ので家から出ない

排便にはこんなに苦痛が伴うのが普通なの？

**NO** 排便は気持ちの良い状態で出すこと

苦痛を  
なくする

失敗さ  
せない

その人に  
合った方法  
で出す

便育頑張ります！  
よろしくお願いします



次回は便の観察方法と排便姿勢についてお届けします

2023 あさひP00マスター