

尿や便のにおいが気になる

□ 患者さんが感じる不便さには

「尿や便の臭いがこもる」
「ストーマの排泄物のにおいが気になる」
などがあります

□ 生活の工夫

・ 環境の工夫

汚れた衣類やシーツは早目に交換しましょう。
使用後のおむつやパッドは、素早くビニール袋
に入れて密閉して捨てましょう。袋の中に、
消臭スプレーを吹きかけると効果的です。
においが気になる場所に消臭剤や、脱臭機能付
空気清浄器や脱臭機を置く方法もあります。

・ 消臭対策製品

抗菌消臭成分が配合されたおむつもあります。
衣類や空間の尿臭等に効果のある消臭スプレー
や消臭効果のある洗濯洗剤もあります。

□ 生活の工夫

・ 食事や水分での工夫

【便のにおい対策】

においが強くなりやすい食品

**ネギ、ニラ、チーズ、ニンニク、
アスパラガス、卵**

などを控えめにするとういでしょう。

【尿のにおい対策】

水分の量が少ないと、尿のにおいが強くなり
やすいので、**日中は水分を多めにとる**ように
しましょう。

クランベリーの入ったジュースやゼリーは、
クランベリーの抗酸化作用や抗菌作用により、
尿の細菌増殖がおさえられ、尿のにおいが
発生しにくくなるといわれています。