

第6回
橘いきいき講座

～健康講座～ 排尿トラブル

第6回橘いきいき講座は11月20日、星総合病院看護師長の永崎真利子氏を講師に、頻尿や尿漏れ等の排尿トラブルについてご講義いただきました。

永崎氏は皮膚・排泄ケア認定看護師であり、専門的な見地から、排尿等のメカニズム、頻尿や尿漏れについてその種類と症状、原因、日常生活の注意点を含めた対策や治療法等について詳しく説明いただきました。また、尿漏れを防ぐ骨盤底筋体操や尿漏れ下着についても紹介があり、参加者は高齢による機能の低下と排泄について正しい理解をもって日常生活を送ることの大切さを改めて感じたようです。

