

1時間パッドテスト・記入表

用意するもの

用意したらチェックしましょう。

<input type="checkbox"/>	尿ケア専用パッド(1個)
<input type="checkbox"/>	はかり(キッチンスケールでOK)
<input type="checkbox"/>	時計(またはストップウォッチ)
<input type="checkbox"/>	飲料水(500cc)
<input type="checkbox"/>	ビニール袋(薄いもの・1枚)
<input type="checkbox"/>	計量カップ(500cc用)
<input type="checkbox"/>	ペン
<input type="checkbox"/>	記入表(この用紙を印刷して使用)

パッドテストをする時間

・このテストは昼食後に行ないましょう。
 ・昼食の前に排尿し、そこから2時間経ってからテストを始めます。
 ※食事がおなかに落ち着いた頃が目安。
 ※2時間待つのは、おしっこをある程度、膀胱にためるためです。

準備

パッドの重さをはかって記入しましょう。

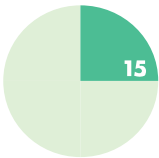
パッドの重さ 1個()g
 ビニール袋の重さ 1枚()g

※テスト中に、パッドからあふれるくらいおしっこがもれてしまったら、そこでテストを終了し、パッドの重さと尿量をはかりましょう。より吸収量の多いパッドを使って、別の日にあらためてテストすることをおすすめします。

パッドテストの手順

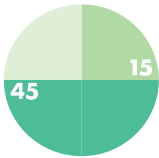
各項目を行なったら、右側の口にチェックを入れましょう。

今日の日付 ()年 ()月 ()日



<1>パッドを当て、水を飲む(15分間で)

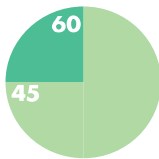
<input type="checkbox"/>	パッドを当てる(この時、排尿はしない)
<input type="checkbox"/>	開始時間を記入 ()時()分
<input type="checkbox"/>	飲料水を飲む(500ccを15分以内で。余り時間は安静に)



<2>外を歩く(30分間で)

<input type="checkbox"/>	外を歩く(散歩)
<input type="checkbox"/>	階段1階分を昇り降りする

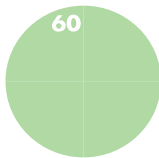
※1階分以上昇り降りした場合…… 約()階分



<3>次の動作をする(15分間で)

これらの動作をしておしっこがもれたら、どの動作でもれたかチェックを。

<input type="checkbox"/>	1 「イスに座る、立ち上がる」を1セットにして…10回
<input type="checkbox"/>	2 足を肩幅の広さに開き、やや腰を落として股をゆるめた姿勢で、「強くせき込む」…10回
<input type="checkbox"/>	3 1カ所を走り回る…1分間
<input type="checkbox"/>	4 床に置いた物を腰をかがめて拾う(つもりの動作)…5回
<input type="checkbox"/>	5 水道の水を流し、手を洗う…1分間



<4>パッドの重さ、おしっこの量をはかる

<input type="checkbox"/>	1 ハッドをはずして、重さをはかる(ビニール袋に入れて口をしめ、後ではかってもよい)	()g
<input type="checkbox"/>	2 計量カップにおしっこをして、量をはかる	()cc
<input type="checkbox"/>	3 (「テスト後のパッドの重さ」-「未使用のパッドの重さ」)-「ビニール袋の重さ」を計算する	()g

←【B】

←【A】

パソコン画面で数字を入力して、「60分パッドテスト」の結果を見ましょう。

- 「1時間パッドテスト」のページ <http://www.nyoucare.jp/check/padtest/index.html>
- 尿ケア用品一覧 <http://www.nyoucare.jp/catalog/index.html>