

失禁

尿失禁被定義為部分或完全失去控制自己膀胱或排便功能而導致弄髒或弄濕自己。有很多原因會導致大小便失禁，包括藥物，食品或飲料，感染和其他疾病。告訴醫生有關任何失禁的情況是一個好主意，看看有沒有治療方法。失智症也能引起尿失禁。以下顯示了失智症如何導致失禁。它包括可以幫助照顧者管理各種症狀的策略。

症狀	結果	對策
冷漠	喪失興趣去洗手間 無法知道或關心如果衣服被弄濕或弄髒	設置例行如廁時間表 有需要時提供提醒和提示 當失禁情況發生時使用護墊或外拉內褲
健忘	忘了去洗手間 忘記如何去洗手間	設置例行如廁時間表 有需要時提供提醒和提示 當失禁情況發生時使用護墊或外拉內褲
視覺問題	很難找到廁所 在錯誤的地方去洗手間 (例如，垃圾桶，室內植物)	確保通往浴室的路沒有障礙 保持一盞燈在浴室或使用動作感應夜燈 在浴室門上放上標誌或圖片 使用有色馬桶
注意力不集中	在上廁所時分心	請患者不要在同一時間 做多件事
移動性的問題	有困難趕得及去洗手間 上下馬桶有難度	設置例行如廁時間表 給患者足夠的時間去廁所 請醫生給你推薦一個職業治療師 (occupational therapist) 嘗試使用坐便器，扶手，抬高的馬桶座或尿廁 使用容易去除的褲子 (如彈性褲頭或魔術貼)

失禁

	拉鍊和帶皮帶有麻煩	使用止尿內褲如果患者可以步行到廁所 使用止尿片如果患者無法步行到廁所
感覺的問題	失去了要去洗手間的感覺 無法控制膀胱或去便功能 失去感覺衣服濕或弄髒的能力	設置例行如廁時間表 查是否有紅腫皮膚，刺激或外部潰瘍 使用保護皮膚的產品
夜間尿失禁	在夜間去洗手間多次 尿床	限制晚上液體的攝取量 避免含咖啡因和酒精飲料 在睡前去洗手間 使用尿壺或床邊便桶 使用防水床墊套，吸水護墊， 和高吸水性內褲 考慮使用醫院的病床以幫助保護照護者在護理期間的背部
尷尬	拒絕或否認需要幫助 生氣或沮喪 隱藏弄髒的衣服 避免公共場所或社交活動	使用恭敬，以事論事的方法來提供幫助 (不要用嬰兒式的談話) 盡可能只提供患者需要的幫助 避免在失禁時有負面的反應 嘗試分散患者的注意力, 例如用愉快的心情交談，音樂 或讓患者拿著一些東西
皮膚問題	皮膚發紅，發炎 外部潰瘍 褥瘡	幫助患者保持清潔和乾爽;定期更換吸水性 尿布或內褲。 使用免沖洗清潔洗劑，泡沫劑，乳膏，或擦拭巾 (牌子: Tena, Coloplast, Medline Remedy, Convatec Aloe Vesta, or Comfort Shield brands)

失禁

		<p>有些人喜歡使用一個專清洗生殖器官/陰部的浴盆 在腹股溝的地方應用保護性藥膏 對於皮膚已經薄，紅色和受刺激的，使用 藥膏，包括鋅 (zinc)，薄荷腦 (menthol)，鋅有助於癒合和薄荷舒緩肌膚 (牌子: Calmoseptine, Desitin, Lantiseptic, Medline Remedy, or Coloplast brands) 找醫生如果皮膚出現紫色，因為這可能是真菌感染或深部組織損傷的跡象</p>
疼痛	<p>去洗手間有困難</p> <p>避免去洗手間</p> <p>拒絕或抗拒幫助</p> <p>在失禁護理過程中表情痛苦，呻吟，或支撐</p>	<p>告訴醫生若在失禁護理時有疼痛的跡象 嘗試使用提高馬桶座圈或坐便器 (commode) 提供失禁護理時要小心，緩慢和溫柔 你向患者做任何動作前告訴患者你將會做什麼</p>

尿失禁通常會令失智症患者和他們的家庭成員受很大壓力。失智症患者可能會感到尷尬和因需要幫助而感到慚愧。一個成年的孩子可能會感到不舒服，因為他們要幫助他們年長的父母做這個人的任務。配偶或伴侶可能會感到悲傷或憤怒，因為他們要看著自己心愛的人失去基本功能。感受到這種痛苦是正常的。隨著時間的過去，人們往往習慣了這些變化。他們甚至可能會發現它不是那麼糟糕。

失禁護理對照護者來說可以是很累和痛苦的。使用便桶或醫院病床可以幫助照護者防止受傷。使用免沖洗肥皂可以更容易保持患者乾淨。家庭成員往往在這個階段是需要喘息的機會--可以考慮聘請護理人員在家裡幫忙。在一些地區，失智症患者可能會去一個成人日間中心，在那裡他們可以參加活動並獲得失禁護理幫助。有時失智症患者需要更多的幫助，而家庭成員在家中提供不了；這些失智症患者最好選擇進入一個長期護理設施。

附加資源:

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

失禁

<http://www.enablingenvironments.com.au/Portals/0/PDF%20illustration%20pages/Adapt%20a%20Home%20-%20Bathroom%20En%20suite.pdf>

http://www.thiscaringhome.org/virtual_home/bathroom.aspx

有關如何提供失禁護理影片:

<https://www.youtube.com/watch?v=4DvYE12CM0c&feature=plcp%20Toileting/Incontinence>

<https://www.youtube.com/watch?v=oB0uPoulcXo>

<https://www.youtube.com/watch?v=zZ4zolfUgc4>