



13 排便節制產品

四分之三有排尿或排便控制問題的人士可以得到治癒，或能得到幫助，更好地管理大小便控制問題。

甚麼是排便節制產品？

排便節制產品用於處理大小便控制失常的症狀。這些產品可在你接受治療時短期使用，或當大小便控制問題不能治癒時長期使用。

排便節制顧問瞭解一系列有助於管理排尿或排便控制問題的產品。他們可幫你選擇一種在日常生活中給你保護及自信的產品。

你的醫生或排便科顧問可以檢查你的問題所在及給你提供一些治療。如果你甚麼都不做，只是使用護墊或其他排便節制產品而不嘗試治療，問題會變得更嚴重。

有哪些類型的排便節制產品？

吸濕護墊及短褲

護墊及短褲有一系列號碼，並可吸收不同尿量。有些護墊只能使用一次，然後就要丟掉。其他一些護墊及短褲可以清洗及使用多次。你可以使用特製的粗網/細網短褲保持護墊不滑落。有些護墊有“可粘貼的”帶子貼在短褲上保持護墊不移位。

吸濕床單及椅罩

這些產品最貼近皮膚的一層可以讓尿液滲透進去，當底層將尿液吸收之後，上層仍然保持乾爽。不要將它們與一次性的護墊同時使用，因為當皮膚直接接觸床單時效果最好。

陰莖護套/外導尿管

陰莖護套由硅膠製成，大多數有自粘性，內襯是能粘住陰莖的非乳膠粘膠。護套的另一端開口與接尿液的腿袋相接。

如果患病的男士尚可活動，就能使用可以藏於衣服內的腿袋。護套可連接到一個容量為兩公升的袋子，用於整晚排出尿液。當皮膚出現反應時，馬上可以透過透明的硅膠看到。連接到護套上的袋子一定要有寬口的管子，讓尿液流入袋內而不回流至護套內，從而防止護套鬆脫。佩戴在腿上的袋子要用袋上附有的帶子牢牢地固定在大腿或小腿上，並在袋子變得太重而將護套拉脫下之前排空尿液。

協助上廁所（大小便）的其他產品

便盆及尿壺（男用及女用型）在你臥床時可以使用。夜間放在床邊的坐便椅在你無法去廁所時可以幫到你。加高的馬桶座和可以移放在馬桶上的椅子在你無法坐在較低的馬桶上時，同樣可以幫到你。

選擇排便節制產品時要考慮些甚麼？

選擇排便節制產品時要考慮些甚麼？

1. 你個人的排便或排尿控制問題

你對產品的選擇將取決於你每一次的控制需要。選擇一種可以吸取你所排出的尿量的護墊，並在護墊濕透時及時更換。這對於你來說比長達數小時使用一塊大護墊會更好及更經濟。墊著已濕透尿液或大便的護墊會引起皮疹或膀胱感染。此外，如果護墊濕了或弄髒時要及時更換，並在換上新護墊之前清洗及擦乾皮膚，就可以減少任何難聞的氣味。選擇一種不會透過淺色衣服就能見到顏色鮮豔的塑料面或當你移動時不會發出聲音的護墊。

2. 你個人的生活方式

個人的工作，家庭及社交生活需求同樣會影響你選擇產品。排便節制顧問可向你提供做運動或長途旅行時使用的特別產品的建議。

3. 你的活動性

各式各樣的產品意味著你需要考慮你的習慣及能力，為解決你的問題選出最佳產品。例如你去廁所是否容易，或換護墊是否方便等等，這些因素有助於你選擇合適的產品。有很多類型的產品，總會有一款適合你。

4. 產品的供應

有些排便節制產品可在超級市場及藥房買到，而另一些產品更容易從專門的醫療用品供應商處購買。你可能需要專業的幫助來選擇適合你的產品。你可致電全國排便節制幫助熱線（**National Continence Helpline**）（**免費電話1800 33 00 66**），他們會給你提供建議或幫你聯絡你所在區的排便節制顧問。

5. 棄置

大多數一次性產品可棄於普通的家庭垃圾內。切勿將排便節制產品沖入廁所。

6. 清洗指引

可多次使用的產品在你購買時應該在包裝上標示如何清洗。如果你沒有洗衣機及乾衣機，或者不方便使用露天曬衣架，就不要購買可多次使用的產品。由於它們吸濕，所以比一般內衣及床單需要更長時間才能曬乾，因此要先索取樣品試用。

誰支付排便節制產品？

排便節制產品會很昂貴，而且在大多數情況下你需要自己支付這些產品。

如果你有長期而且嚴重的大小便失禁，並符合其他資格標準，全國排便節制輔助用具補助計劃（**Continence Aids Payment Scheme**）可協助你支付排便節制產品的部份開支。

退伍軍人事務部（**Department of Veterans' Affairs**）亦管理康復設備計劃（**Rehabilitation Appliances Program**）。如果你持有金卡或合資格的白卡或可參加該計劃。

此外，一些州及領地政府提供服務，支持受大小便失禁影響的人士，包括提供排便節制產品。這些服務在各州之間有所不同，而且可能包括客戶評估，宣傳教育及支持等內容。

13 排便節制產品

在大多數情況下，你需要向醫生或排便科護士等醫護專業人士尋求幫助來獲取這些服務。

如果你聯絡全國排便節制幫助熱線（National Continence Helpline）就可得到關於所提供的排便節制服務的建議。

尋求幫助

並非只有你有此問題。排尿控制不良透過治療可以較好地管理。如果你甚麼都不做，問題可能會變得更嚴重。

如果你對排尿或排便控制有任何疑問，可以聯絡：

全國排便節制幫助熱線（National Continence Helpline）的專家顧問，免費索取：

- 資訊；
- 建議；及
- 資料單張。

免費電話* 1800 33 00 66（星期一至星期五上午8時至晚上8時），或

瀏覽此網站：www.bladderbowel.gov.au

幫助熱線可透過電話傳譯服務（TIS）安排傳譯員。請於星期一至星期五致電 13 14 50，並要求轉接幫助熱線。

排便節制產品有助於管理大小便控制問題。

* 用手機打出收取相應費用。

