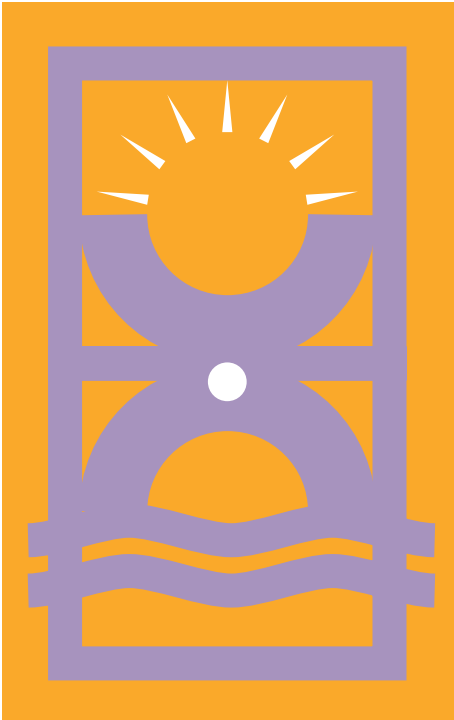




痴呆症與小便失禁



為甚麼痴呆症患者會有控制膀胱的問題？

痴呆症患者會失去記憶及可能會很混亂及迷惘，這可以導致控制膀胱所需的機理失調。

痴呆症導致腦部改變，而改變可能干擾患者以下的能力：

- 認識要排尿的需要；
- ‘忍著’ 直至到達廁所；
- 找廁所；
- 認識到膀胱已完全排清尿液；及
- 適當地整理衣服。

失禁可能在不熟悉的環境，或在憂鬱、憂慮或緊張時產生或惡化。

記住

痴呆症患者如其他成年人一樣，是會受其他引起失禁的原因所影響的，包括尿道感染、便秘、老年性陰道炎(更年期之後的陰道過敏)、前列腺脹大或藥物的副作用。

對有失禁的痴呆症患者，有甚麼可以做的？

有的。他們的痴呆症可能妨礙他們參與部分治療，但是仍可以確保他們感到舒適和保持尊嚴。向他們當地的醫生尋求協助，醫生可能可以直接治理他們或轉介他們到失禁諮詢員接受失禁評估。(有關現有的失禁資源及服務詳情，參閱本小冊子的背頁。)

評估會包括些甚麼？

評估包括身體檢查及記錄相關的資料，例如，當事人可能：

- 上廁所時，忘記脫下衣服；
- 找廁所時會有困難；
- 在不適當地點小便；
- 比平常更常排尿；
- 不知不覺間讓衣服/寢具濕透；



- 從椅子或床上站起時尿濕；或
- 有便秘、腹瀉或大便失禁。

通常需要依賴照顧者提供這些重要的資料及記錄膀胱及腸臟功能，那就是：

- 當事人何時上廁所及/或尿濕。
- 當事人有多濕，例如：
 - 輕度 = 弄濕內褲；
 - 中度 = 濕至裙子/褲子；
 - 嚴重 = 弄濕椅子/地板/床。
- 他們大便的次數。
- 患上痴呆症前他們多久上廁所一次。

要盡量減低失禁的情形和保持當事人的尊嚴，有甚麼可以做？

1. 潛在的情況，例如尿道感染、便秘或年老性陰道炎通常對治療會有反應，而失禁可能會減少。
2. 在一些情況，藥物是有幫助的，但也有可能令失禁惡化及增加錯亂。因此藥物必須小心控制及如果有任何副作用便要停止使用。
3. 如果可能，鼓勵當事人每日飲用六至八杯的流質，除非醫生有其他的建議。這有助防止尿道感染及便秘並可保持良好的膀胱衛生。避免過量的咖啡、茶及可樂，因為這些飲品所含的咖啡因會刺激膀胱及可以導致小便頻密及引起尿意。
4. 保持正常的排泄習慣及防止/治理便秘。
5. 要求或提醒當事人定時上廁所 - 在他們通常需要往廁所的時間或在他們可能會尿濕前。
6. 如果當事人已經無法認識要上廁所的需要，那就需要定時帶當事人往廁所。這可能是每2至3小時一次，視他們所飲的液體量及他們的尿濕模式而定，但不鼓勵經常往廁所（例如，每小時一次）。可能需要留下來協助當事人，並提醒當事人為何要上廁所。
7. 可調整衣服，讓當事人較容易整理，例如用維可牢刺貼搭鏈 (velcro fastening) 代替拉鏈和鈕釦。容易整理的衣服例如運動套裝可能更易脫下。
8. 保持往廁所的通道暢通無阻及如有需要，使用夜燈。確保廁所門容易辨認。
9. 以上的步驟可能未能克服失禁問題，但可能可以減少問題的次數或嚴重性。當事人和照顧者的生活素質可能會因使用失禁輔助物而改善，如護墊及褲子。他們可能可以獲得支付失禁輔助物的財政協助。有關是否合資格，以及現有失禁輔助物的意見，可向國家失禁協助專線查詢。
10. 考慮使用社區資源以協助照顧痴呆症患者，例如洗衣、購物等。當地地區可能設有家居幫助 (Home Help) 或地區護理 (District Nursing) 服務。如果這會有幫助，可諮詢他們的醫生、失禁諮詢員、社區健康護士或長者護理評估服務。



藥物對治療有失禁的痴呆症患者是否有幫助？

在開始時，患者的醫生應該複核所有服用的藥物，因為部分可能會導致失禁或令失禁更嚴重。

在一些情況，醫生會開藥物以協助克服失禁，例如：

- 可能會開抗生素治療確認的尿道感染。
- 荷爾蒙替代治療(藥片、貼片或陰道乳膏)可能有助更年期後的婦女減少小便的次數和尿意。
- 可能會給患者膀胱放鬆劑，讓受刺激的膀胱安定下來，改善容量及因此減低尿意和上廁所的次數。
- 如果在膀胱底部或尿道有阻塞，偶爾會給患者藥片，以助排尿。

必須留意，這些藥物可能產生副作用，例如口乾、便秘、有損平衡、昏睡；對於痴呆症患者，更有增加錯亂的危險。藥物使用是需要小心的專業監管的。

誰人可以幫忙？

- 您的醫生。
- 國家失禁協助專線 (National Continence Helpline) 免費電話：1800 330 066 (協助專線可以安排電話傳譯員)
- 您的社區或醫護人員，或物理治療師
- 醫院、社區健康中心，失禁診所或澳洲失禁基金會資源中心或分處 (Continence Foundation of Australia Resource Centres or Branches) 的專門失禁顧問。

傳譯員。有些服務機構是可以替您免費安排傳譯員的(可要求和您同一性別的傳譯員)，請向服務機構查詢。

電話傳譯員服務比較便宜，而且往往可以立刻獲得服務。例如翻譯及傳譯服務處 (TIS) 醫生優先專線提供免費服務給私人執業的醫生，讓他們可以和英語較差的病人溝通。您的醫生可打電話 1300 131 450 預約服務。

您可以從這些其他小冊子獲得更多資料：

- 小便失禁：這是甚麼一回事？
- 人人適用的良好膀胱習慣
- 膀胱訓練
- 給男性的骨盆底肌肉運動
- 給女性的骨盆底肌肉運動
- 便秘與小便失禁
- 膀胱問題及前列腺
- 失禁輔助物及用具
- 失禁：傳說與事實
- 小便節制力評估是甚麼
- 十個經常詢問的問題
- 生過孩子的婦女中，三個有一個患尿濕
- 大便失禁
- 給患壓迫性失禁 (stress incontinence) 婦女的手術

