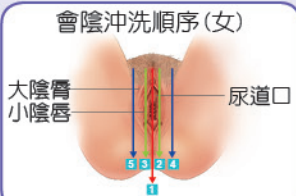


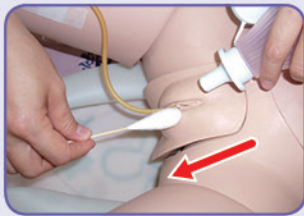
女病人-會陰沖洗步驟

1. 一手拿沖洗瓶
2. 另一手拿棉枝
3. 沖洗順序：
 - (1) 第一支棉枝：由尿道口至肛門
 - (2) 第二支棉枝：遠側小陰唇
 - (3) 第三支棉枝：近側小陰唇
 - (4) 第四支棉枝：遠側大陰唇
 - (5) 第五支棉枝：近側大陰唇
 - (6) 第六支棉枝：擦乾尿道口至肛門
 - (7) 第七支棉枝：擦乾左右小陰唇
 - (8) 第八支棉枝：擦乾左右大陰唇
4. 最後，用棉枝、衛生紙或毛巾擦乾會陰部周圍及臀部。

切記每一支棉枝由上往下擦拭，不可上下來回擦拭或重覆使用。



注意：沖洗瓶由上往下清洗。



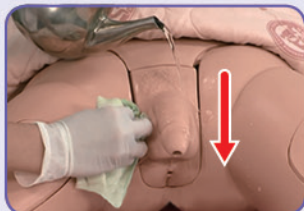
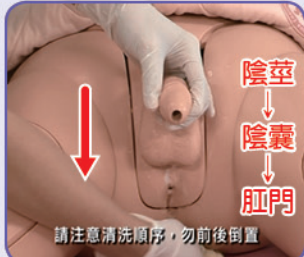
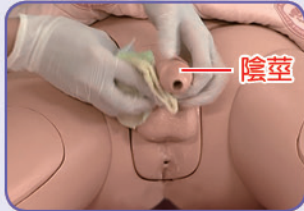
◎臀部下方放置便盆或尿布(看護墊)

男病人-會陰沖洗步驟

1. 戴上手套
2. 棉枝以沖洗瓶沾濕(或加中性肥皂)
3. 一手輕輕將包皮往後推，露出龜頭。
4. 一手拿沾濕的棉枝，由上而下清洗龜頭一圈，清洗後取一支棉枝擦乾，並將包皮推回。
5. 接著清洗順序：

陰莖
↓
陰囊
↓
肛門
6. 以沖洗瓶及毛巾進行沖洗。

注意：沖洗瓶由上往下清洗。
7. 最後，用棉枝、衛生紙或毛巾擦乾會陰部周圍及臀部。



預防失禁性皮膚炎 (黃金三步驟)



衛教教學影片QR code掃描



女性會陰沖洗方法



男性會陰沖洗方法



大小便後的清潔及尿布更換方法

自我評量(是非題)

- () 1. 只解尿一次或少量，尿布還可繼續使用，才不會浪費。
- () 2. 可使用吹風機或烤燈來烘乾皮膚。
- () 3. 以按壓方式清潔皮膚，勿用摩擦方式。
- () 4. 應選擇鹼性清潔劑來清潔皮膚。

請寫下您的問題：

參考資料：

林筱青、許晉豪、張簡志炫、楊正三(2016)。不同的皮膚照護方案對成人失禁性皮膚炎之改善成效：系統性文獻回顧。南臺灣醫學雜誌，12(2)，103-114。

彰化基督教醫院護理部潮濕相關皮膚損傷照護指引(2020年02月20日)編號：CW-5110-043。

制定日期：2017年4月

修訂日期：2020年6月(第二版)

編碼：5736-單張-中文-428-02

題號	1	2	3	4
解答	X	X	O	X

預防失禁性皮膚炎



護理部製作

諮詢專線：(04)7256652

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午8：00-12：00

週一到週五 下午1：30- 5：30

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925



彰化基督教醫療財團法人
彰化基督教醫院
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

衛教單張



一、什麼是失禁性皮膚炎？

俗稱紅臀或尿布疹，因皮膚長時間接觸尿液和糞便，加上尿布本身磨擦等原因，導致皮膚出現疼痛、紅腫、丘疹及部分脫屑。主要分布在會接觸到尿液和或糞便的部位，包括臀部、下腹部、大腿內側、大陰唇及陰囊等部位。若持續惡化，可能造成真皮層受損、感染及潰瘍現象。

二、危險因子

1. 年齡：高齡及嬰幼兒（皮膚抵抗力弱）。
2. 活動受限制、無法自行翻身。（如：意識不清、糖尿病、中風、癌症、腸胃手術後等患者）
3. 皮膚耐受力較差：水腫或肥胖患者。
4. 大小便失禁或腹瀉。
5. 長時間使用尿布。
6. 過度用力且頻繁清洗皮膚。
7. 藥物使用：如抗生素、類固醇或瀉藥等。

三、失禁性皮膚炎預防與照護：

1. 保持通風

- (1) 隨時檢查尿布，濕了就立即更換。
- (2) 保持尿片乾燥清潔。
- (3) 不可使用吹風機或烤燈來烘乾皮膚，以免造成皮膚受傷。
- (4) 最好能有一段時間不包尿布，採自然通風方式保持會陰及臀部皮膚乾爽；有尿管者，可適時打開紙尿布通風，但須維持病人隱私。

2. 加強皮膚清潔

- (1) 至少每天清潔一次皮膚。
- (2) 建議選擇PH值平衡清潔劑，例如中性肥皂或免沖水皮膚清潔劑。
- (3) 避免使用鹼性肥皂或清潔劑，若無清潔劑，建議使用清水清洗即可。
- (4) 避免使用過熱的熱水（水溫約41~43℃）。
- (5) 建議以沖水方式清潔，避免過度摩擦或擦洗，並以輕拍方式擦拭待乾。
- (6) 儘量選擇使用一次性用具，可使用柔軟、拋棄式的不織布布巾。
- (7) 尿布中大小便不管量多寡應立即更換。
- (8) 保持會陰部及肛門周圍皮膚清潔乾燥。

3. 減少摩擦力

- (1) 以按壓方式清潔皮膚，勿用摩擦方式。
- (2) 勿用牽扯方式取出髒尿布，以防過度摩擦造成皮膚二度傷害。
- (3) 濕紙巾請選擇質地柔軟、無刺激性。

4. 皮膚保護

- (1) 每次清潔皮膚後，使用保濕劑滋潤皮膚，必要時選擇適當保護隔離產品來保護皮膚。
- (2) 依據病人狀況來選擇皮膚保護產品，使用頻率應依產品保護皮膚能力與製造商的建議使用。

提醒您

1. 若已出現皮膚發紅、破損或發炎者，請告知醫護人員，以清水沖洗並輕壓拭乾後，依照醫師開立的保護性藥膏或敷料，勿自行使用其它藥物。
2. 不可自行購買藥膏、滑石粉、爽身粉或嬰兒油等來塗抹受損皮膚。

5. 提供足夠的營養

- (1) 建議：體重30-35卡/公斤/天。
- (2) 除了醫療禁忌外，鼓勵多攝取高熱量、高蛋白、膳食纖維等食物。
- (3) 每天水份攝取1500-2000mL。
- (3) 必要時可照會營養師飲食指導。

6. 尿布的選擇

- (1) 選擇丟棄式尿布：吸水性強不回滲、透氣性佳。
- (2) 選擇合適尺寸尿布，注意勿包覆太緊，以腰圍和腿圍可放入一隻手指寬的鬆緊度最合宜，可減少摩擦及增加透氣性。
- (3) 不可重複使用紙尿片。
- (4) 每隔2-3小時檢查尿布，視情況增加檢查頻率。
- (5) 男病人視情況可選擇小便輔助用具，如尿套或集尿袋，且應經常清洗更換並保持乾淨。

7. 其他

- (1) 視病人皮膚情況，每1-2小時翻身一次。
- (2) 對於有腹瀉但無失禁問題患者，不要使用紙尿布，建議採用免洗棉質內褲代替。

四、大小便後的清潔方法

1. 打開髒的尿布，先用衛生紙將大小便清除乾淨（由前往後擦），再用濕毛巾清洗乾淨，接著執行會陰沖洗。（參考會陰沖洗步驟）
2. 將病人翻向一側，髒的尿布捲入臀下（乾淨尿布打開備用）
3. 鋪上半邊乾淨尿布，壓於髒尿布上
4. 將病人翻向另一側，拿開髒尿布，鋪好另一側乾淨尿布



5. 協助病人採仰臥式，包好乾淨尿布（完成）



提醒您

每次排便後，應立即執行會陰沖洗，並更換尿布，可預防失禁性皮膚炎及泌尿道感染的發生。

會陰沖洗方法

用物準備

（請至5樓或2樓福利社購買）

1. 沖洗瓶（裝溫水41-43℃）（不燙手）
2. 尿布、看護墊或便盆
3. 大棉枝
4. 衛生紙
5. 毛巾
6. PH值平衡清潔劑
 - ☐ 中性肥皂
 - ☐ 免沖水皮膚清潔劑
 - ☐ 有洗潔劑的擦澡巾/濕紙巾
7. 皮膚保護產品
 - ☐ 凡士林
 - ☐ 氧化鋅
 - ☐ 二甲基矽油（矽靈）
 - ☐ 丙烯酸酯三聚物（無痛保護膜噴劑）
 - ☐ 氰基丙烯酸酯