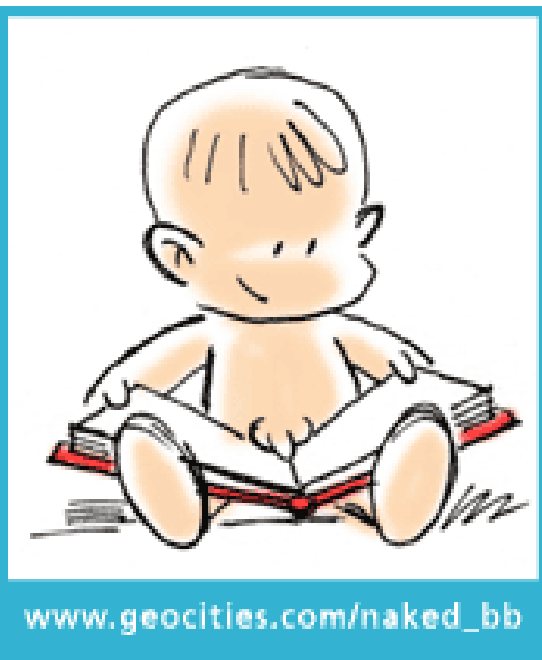


# 排便訓練



## 一、目的:

建立規則排空腸道的習慣,使病人  
無大便失禁的情況、避免便秘



## 二、對象:

- 1、老年人
- 2、長期臥床病人
- 3、慢性便秘病人
- 4、脊髓損傷病人
- 5、腦血管意外病人

## 三、訓練時間

最好在發病後及早開始做,以免病人

糞便阻塞在直腸而造成合併症

## 四、注意事項:

- 1、每天攝取 2500~3000ml 水分
- 2、飲食:均衡、糙米及纖維質多的食物



- 3、情緒要放鬆



- 4、活動:增加翻身或是下床活動

- 5、解便的姿勢、時間、設備:

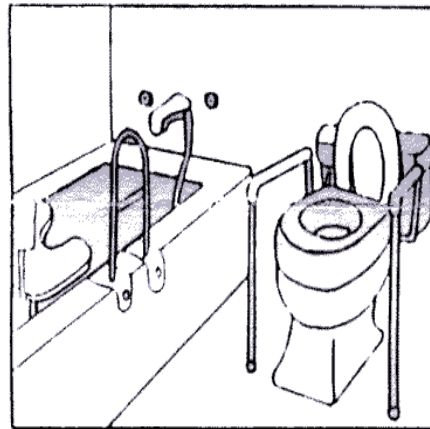


a、姿勢:蹲姿、坐姿或是左側臥

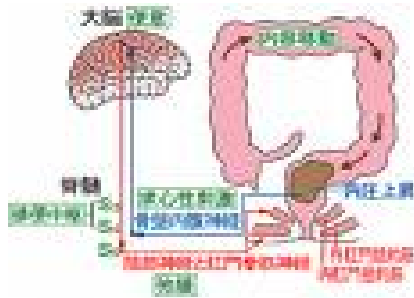
b、時間:要固定時間最好在早餐飯後

30 分鐘行腹部按摩。

c、設備:注意隱私、具扶手之便器



## 五、腹部按摩：



以順時鐘方向行腹部按摩 15 分鐘 2

次，如未解便則再協助肛門指診需注

意勿留指甲，戴上清潔手套沾凡士林

潤滑並以環形刺激肛門排便。

製作單位:7c 病房製

製作日期:95.03

修訂日期:96.03

00-2-006