



第2节 排泄照料


副标题





老年人随着年龄增长，机体调节能力逐渐减弱，在排泄方面常常出现便秘或者便失禁的现象，本节通过接受如何识别老年人二便异常的基本原因、如何识别老年人呕吐物异常并记录异常及时采取措施的相关知识，以提高护理员病情判断、及时应对能力。





学习目标

了解老年人便秘、大便失禁的表现及常见原因

掌握更换纸尿裤方法

掌握床上协助排便方法






知识要求

一、老年人排泄的概述

排泄是将体内的废物排出体外的过程，常常包括排尿和排便，正常的排泄能够保证老年人维持健康，由于老年人身体状况、疾病等因素，常常会出现排泄异常。





1.排泄的定义

排泄是人体将新陈代谢中的**最终产物**排出体外的生理过程。

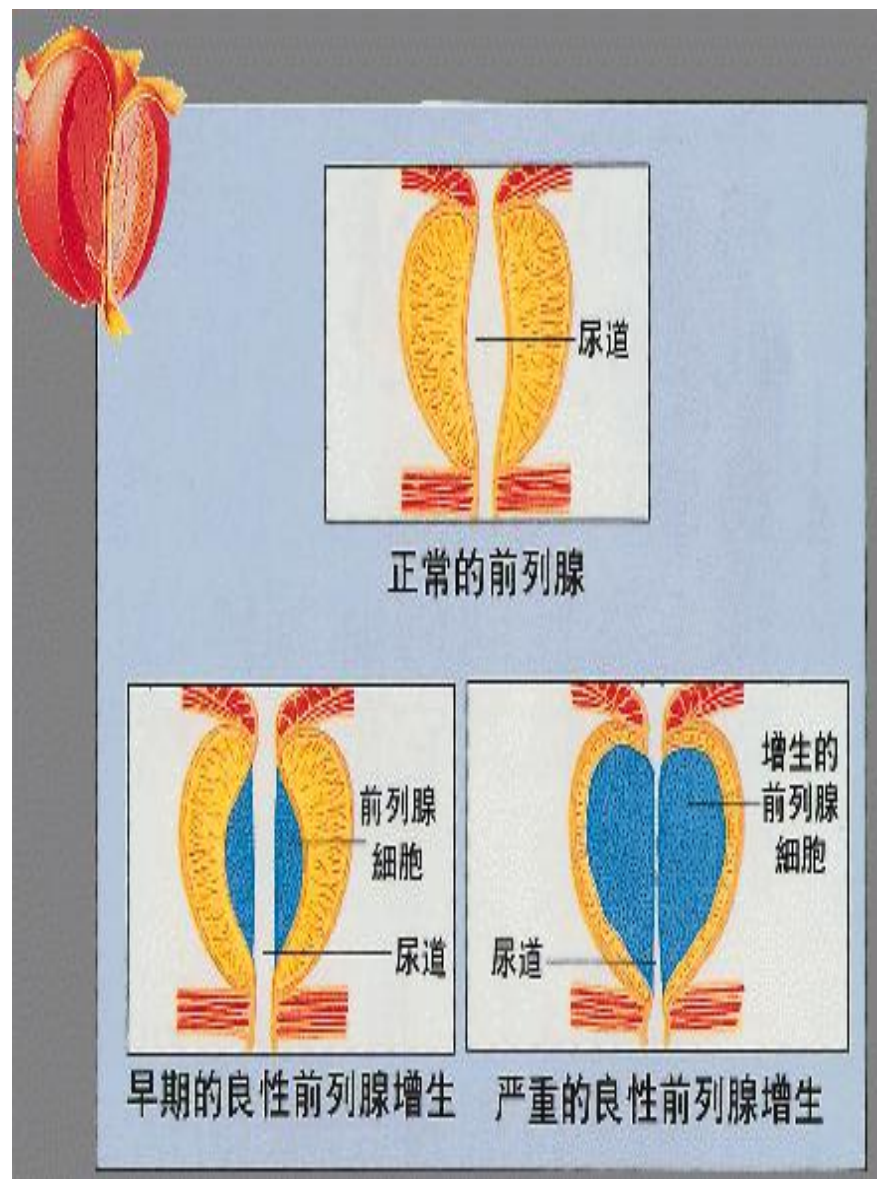
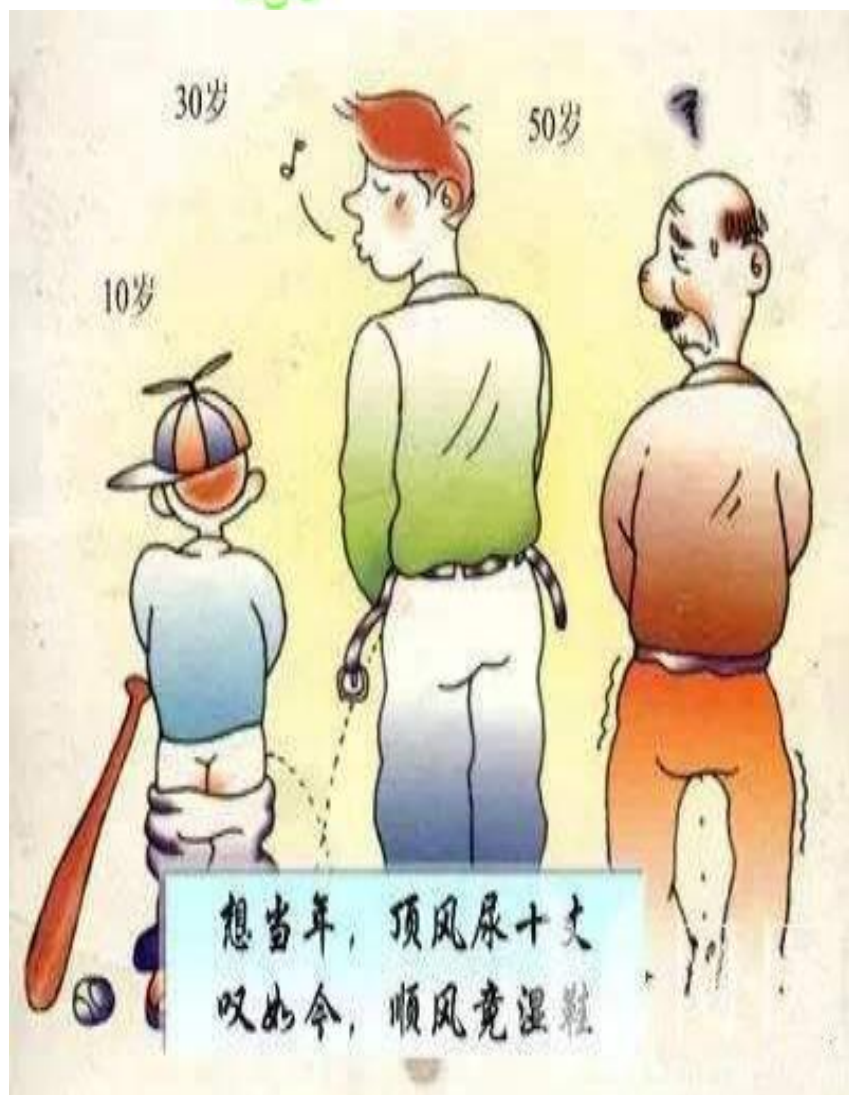




2. 影响老年人排泄的因素

影响老年人排泄的因素很多，以下介绍一些**常见的因素**。







(1) 影响老年人排尿的因素

1) 生理因素。男性老年人常因前列腺增生的问题而出现尿频，女性老年人常因括约肌松弛而出现尿失禁。





轻度尿失禁:



腹压增加时
偶发尿失禁。

中度尿失禁:




腹压增加及
起立活动时,
有频繁的尿
失禁。


重度尿失禁:




起立活动或
卧位体位变
化时即有尿
失禁。




2) 心理因素。当老年人**过度焦虑或紧张**时，有时会出现尿频、尿急，有时也会抑制排尿而出现失禁。









3) 个人习惯。排尿的**姿势**、**时间**是否充裕和**环境**是否合适也影响老年人的排泄。








4) 液体和饮食的摄入。液体摄入量直接影响尿量，摄入液体多，尿量就多。摄入液体种类也影响排尿，如咖啡、茶、酒类饮料可以增加排尿量，摄入含水量多的水果、蔬菜可以增加液体摄入量而使尿量增多，摄入盐多则会使尿量减少。












5) 气候变化。夏季炎热，身体出汗量大，体内水分减少，可引起尿量减少；而冬季寒冷，排汗减少，体内水分相对增加，可使尿量增加。







6) 疾病。神经系统的疾病常引起尿失禁，肾脏疾病常引起少尿或无尿，泌尿系统肿瘤、结石或狭窄可导致排尿障碍二出现尿潴留，泌尿系统感染常引起尿频、尿急。




最近总是漏尿





(2) 影响老年人排便因素

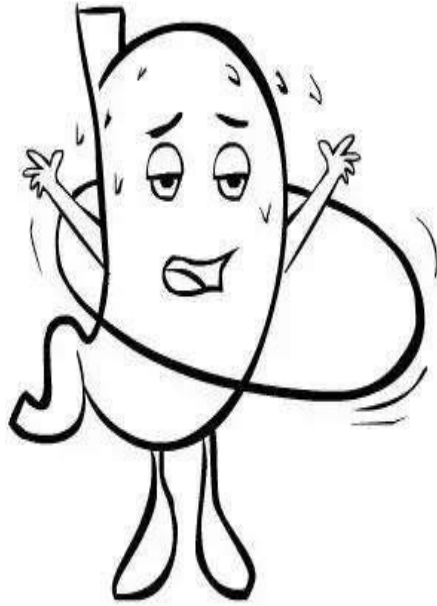
1) 生理因素。老年人随着机体的衰老，腹壁肌肉张力下降，胃肠蠕动减慢，易发生便秘。而老年人肛门括约肌松弛导致肠道控制能力下降而可出现便失禁。



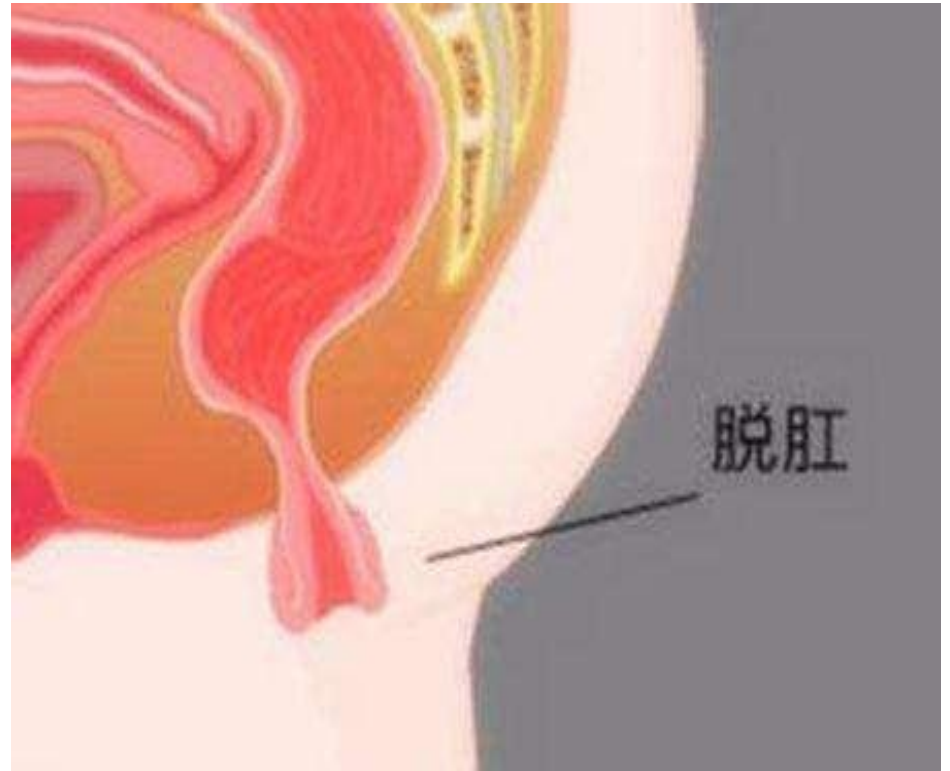


长期便秘
致癌





胃肠功能弱




脱肛




2) 心理因素。精神抑郁，身体活动减少，肠蠕动减少，易造成便秘。情绪紧张、焦虑，可增加肠蠕动而吸收不良、腹泻的发生。



3) 食物与液体摄入。富含纤维的食物可提供必要的粪便容积，加速食糜通过肠道，减少水分在大肠内的再吸收，使大便柔软而能轻易排出。若摄食量过少、食物中缺少纤维或水分不足时，可导致粪便变硬、排便减少而发生便秘。



4) 活动。老年人由于活动力下降而活动减少、卧床多，可导致肠道蠕动减慢，而排便困难。









5) 个人排泄习惯。老年人常会有自己固定的排便时间，使用某种固定的便具等，当这些生活习惯由于某些原因而无法维持时，可能影响正常排便。





6) 疾病。肠道疾病或其他系统疾病均可影响正常排便。





7) 药物。缓泻药可促使排便，若药物剂量掌握不正确，会导致腹泻。帕金森疾病老年人常服用多丝胍片，易导致便秘。





更换纸尿裤

使用纸尿裤优缺点：


纸尿裤种类：





更换纸尿裤


一、评估

- 1、尊称老人并进行自我介绍
 - 2、老人身体状况，意愿和配合能力
 - 3、问二便需求
- 



更换纸尿裤

二、准备工作：

- 护理员：洗手、戴手套
 - 物品：手套、毛巾、盆子、温水（37-40℃盆三分之二），
 - 环境：关闭门窗，室温26度左右，保护**隐私**
- 

更换纸尿裤

三、实施：

- 1、解释
- 2、铺垫单
- 3、脱裤
- 4、揭开腰贴，纸尿裤卷拉跟前
- 5、清洗会阴部

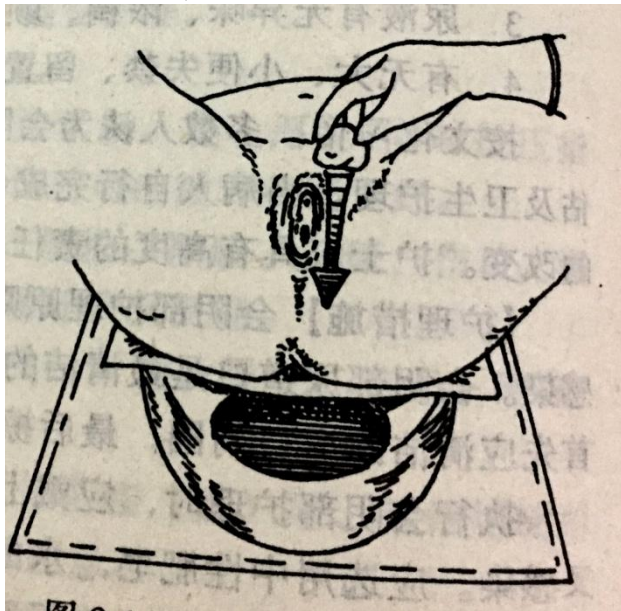


图 8-13 男病人会阴部清洁步骤

更换纸尿裤

- 6、予侧卧，取出纸尿裤
- 7、擦拭肛周、臀部
- 8、脱手套
- 9、纸尿裤垫身体下方
- 10、予仰卧位
- 11、调整纸尿裤
- 12、贴好腰贴
(松紧合适)





更换纸尿裤

四、整理

协助老人穿裤，予舒适体位

环境

用物





协助床上大小便

- 1、臀下铺防水垫
- 2、脱裤至大腿中部
- 3、协助侧卧位，置入便盆平卧
- 4、调整舒适体位（调高床头床尾）
- 5、盖好被子（注意保暖、隐私）
- 6、便后擦干会阴肛周
- 7、取出便盆

