

癌症末期照護-便秘

一、定義：

是指大便乾結硬實、排便困難、大便次數減少或滲便情形，滲便是因一些硬大便積在直腸或肛門造成阻塞，引起上端大便以稀水狀，由肛門周圍不自主地滲漏出來。末期病人常因體力虛弱、纖維質進食少、電解質不平衡、腫瘤壓迫腸道或阻塞、藥物副作用等因素，常常導致便秘。

二、症狀：

常見症狀有：脹氣、腹痛、解便不完全感；引起併發症有：厭食、腹瀉、噁心嘔吐、腸道阻塞、神智混亂等。

三、照護方法：

1. 每天記錄大便的顏色、性狀、量和次數。
2. 如有便意立刻如廁，不要忍住。若體弱虛弱，可用便盆椅或便盆、尿布替代。
3. 早上空腹一杯溫開水，刺激排便，可以增加腸蠕動。
4. 在大便前或一天三次做十五分鐘腹部按摩或推拿（由右往左，順時鐘，以肚臍周圍環型按摩），可助大腸蠕動消脹氣並可刺激糞便向直腸及肛門推進。在體力許可範圍內增加活動量。
5. 如病情許可，鼓勵多飲水和進食穀類、蔬菜、生果或果汁，尤其是木瓜、加州梅、黑棗汁、果凍、優格等，增進排便順暢。
6. 服用嗎啡類止痛藥或體力虛弱病人，會降低腸蠕動，需按醫囑定時服用促進排便藥物。當大便變稀或腹瀉時，則請先減少或暫停軟便劑量，切勿斷然停藥。
7. 當三天仍未解便時：
 - (1). 扣診腹部是否脹氣？若有脹氣可用含薄荷成分的黃花油等順時針按摩。
 - (2). 可用小甘油球灌腸，**灌腸時採左側臥**，盡量忍住，臥床者可包尿布或以便盆解便，可下床者，可用便盆椅或至廁所解便。
 - (3). 使用促進腸蠕動之肛門塞劑，前端先用乳液或清水潤滑，沿腸壁邊輕輕推入一個手指頭長度，經兩三小時有便意感再解。
 - (4). 戴手套用潤滑劑如凡士林潤滑食指，檢查肛門口內是否有硬石樣大便解不出來，食指以**環形緩慢慢擴張肛門**，再輕柔的把硬便挖出，再灌腸或塞藥。此動作需經護理人員指導再操作。
8. 若是因腫瘤壓迫腸道而造成的複雜性便秘，則請醫護人員做進一步處理。當腸阻塞時可採低渣飲食，如：無渣果汁、碳酸飲料、米湯、菜湯、蜂蜜等。

<如有任何需要及問題歡迎詢問護理人員>