



為什麼會發生這種情況？

有阿茲海默症或失智症的人可能會：

- 難以控制身體的功能
- 正服用可能導致頻尿的藥物
- 忘記廁所和馬桶的用途
- 覺得尋求幫助是尷尬和羞愧的事
- 無法及時找到廁所
- 無法及時脫下衣服



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2019 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90ADPI0024-01-00)
Traditional Chinese



有阿茲海默症 (疾病) 或失智症 (症狀) 的人想上廁所時可能會失禁。這常在晚上或當他們感到緊張的時候發生。有時，當他們被問到是否需要上廁所。他們可能會說不，並拒絕和您一起走到廁所。他們可能會覺得這個問題具有侮辱性或令人尷尬。

您可以做些什麼？

給予充分的時間和保持正面的態度

- 預留更多時間來如廁，保持耐性，不要急
- 保持冷靜，使用溫柔的聲音
- 給予逐步的指示....「我們現在往這邊走，很好，現在從這邊進來」
- 想想受照顧者是否會因為在您或異性面前脫衣褲而感到尷尬

簡化事情

- 找容易穿脫的衣褲，例如有鬆緊帶或魔鬼氈 (尼龍搭扣) 而不是有鈕扣的褲子
- 盡量安排他們坐得離廁所近一些，這樣他們不需要走太遠
- 廁所內保持照明，需如廁時即可找到
- 使用色彩鮮豔的馬桶座板使其易於被看見
- 安裝一個馬桶增高墊和扶手 - 有些人覺得坐在較低的馬桶時有會跌倒的感覺
- 挪開任何可能被誤認為馬桶的東西，如垃圾桶

維持固定作息

- 制定定時如廁的日程表：早上醒來時，用餐前後，睡前
- 在睡前限制水分及其他飲料的攝取

失禁意外是會發生的

- 在失禁意外發生時保持諒解的態度，在失禁意外發生後立即幫受照顧者清洗，並確保他們穿上清潔乾爽的衣服
- 如果他們生氣不悅，請保持冷靜並給予安撫
- 準備失禁意外時的用品，如額外換洗衣物及擦拭紙巾
- 若失禁屬突發性的或經常發生，請諮詢醫生可能的因素一如，新的藥物或感染可能是這種情況的成因