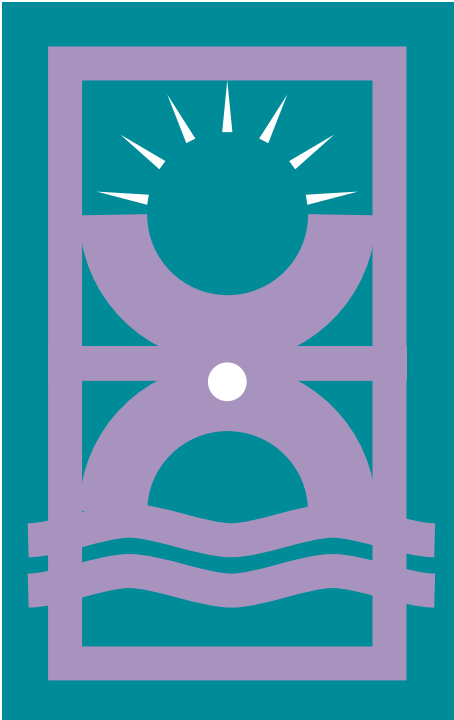




大便失禁



甚麼是大便失禁?

患有大便失禁的人士在控制排泄方面有困難，因此，他們在不適當的時候或不適當的地點排出糞便、或大便，他們也可能無法控制地放屁。

誰人會受大便失禁影響?

每 100 人中，會有一個受到大便失禁的影響，年紀愈大愈常見。但有些年輕的人士，也受到影響。

許多大便失禁的人士，可能也患有小便失禁。

甚麼原因會導致大便失禁?

有數個原因會導致大便失禁：

肌肉衰弱

您的肛肌或括約肌變得衰弱的原因可能是由於：

- 分娩
- 一些類別的手術 - 例如除痔 (痔瘡)
- 受傷

嚴重腹瀉

這可能是間歇性或持續的，視乎原因而定。這可以是由於：

- 感染 - 最常見的原因，例如腸胃炎
- 一些藥物的副作用，例如抗生素
- 腸過敏綜合症 (Irritable Bowel Syndrome)
- 憩室炎 (Diverticulitis)
- 一些特別 (及比較不常見) 的疾病，例如：潰瘍性結腸炎 (ulcerative colitis) 或局限性結腸炎 (Crohn's disease)
- 以前曾接受電療

便秘及嵌塞 (impaction)

對較年長及殘疾人士來說，這可能是導致大便失禁的最常見原因。

這類大便失禁，通常的症狀是排便有困難，和不經常排便，但偶然會有不定期的腹瀉性失禁。這情況是沒有預兆的。



Faecal Incontinence

有一些因素是會導致便秘的，這包括：

- 不良的飲食習慣 - 低纖維食物
- 沒有飲用足夠的流質
- 行動不良
- 一些藥物 - 例如一些止痛藥
- 各種病況

神經系統失調

大便失禁有時是由於疾病或神經受損，這可能導致：

- 缺乏感覺，因此沒有需要排便的感覺
- 失去神經信息以保持括約肌收縮，及保持肛門關閉

例如：以下的神經失調有時是會導致失禁的：

- 脊柱裂 (Spina bifida)
- 脊髓受損
- 多發性硬化症 (Multiple sclerosis)
- 中風
- 痴呆症

下腸失調

大便失禁可以是因以下的下腸失調導致的：

- 癌症
- 肛裂/痔漏
- 痔瘡

評估

由於有許多的可能因素，必須進行全面的評估以確定原因及可能導致失禁的因素。

所有患大便失禁的人士都應首先接受普通科醫生的評估，如果您有以下的情況，您也應該盡快諮詢您的醫生：

- 日常的排泄習慣有改變
- 直腸疼痛或出血
- 覺得永不完全排清糞便
- 大便深色或黑色
- 體重無緣故地減輕

評估通常包括：

- 面談
- 身體檢查
- 制訂排泄習慣和飲食習慣的圖表
- 測試可能包括結腸鏡檢查 (colonoscopy) 或鋇灌腸 (barium enema)
- 如有需要，轉介至專門人員如結腸直腸外科醫生或腸胃病醫生。



Faecal Incontinence

處理

處理的一般原則是治理根本的情況，記住：大便失禁是一個症狀而不是疾病，這意味治療是視乎確定的原因而定。

治療可能包括：

嚴重腹瀉

- 由於感染：

這情況通常是讓病情持續到自然地結束，通常會建議多飲用流質。

- 由於藥物：

治療是視乎導致腹瀉的藥物而定，您的醫生可能建議另一種藥物。在沒有諮詢您的醫生前，切勿停止服用處方藥物。

- 由其他原因引起：

治理由腸疾病引起的腹瀉可能包括治療根本問題的藥物和外科手術，您的醫生可能開讓大便變硬或令腸放慢速度的藥物。

便秘及嵌塞

便秘通常可以用以下方法解決：

- 治理任何根本的原因
- 含豐富纖維的飲食
- 每24小時最少飲用1.5 公升(6-8 杯)的流質，除非您的醫生有其他的建議
- 運動

如果有大便嵌塞，可能需要輕瀉藥物及甚至栓劑或灌腸（詳細資料，參閱“便秘及小便失禁”資料單張）。

肌肉衰弱

專門的物理治療師的治療可以協助加強您的骨盆底肌肉及肛括約肌。治療計劃可能包括骨盆底肌肉運動，電力刺激肌肉或生物反饋 (biofeedback)。可能會需要轉介至結腸直腸外科醫生。

神經疾病

與神經疾病有關的大便失禁在處理方面可能會有困難，有時故意造便秘（可能由藥物促成）連同使用灌腸或栓劑的定期排清糞便，是有效控制問題的方法。

痴呆症/昏亂

患有明顯的痴呆症或昏亂的人士可能不會體驗或覺察排清糞便的慾望，結果是正常排泄動作的失禁。這通常是在進餐不久，尤其是早餐後發生。

制訂一段時間的排泄習慣圖表可以協助顯示典型的排泄習慣，觀察行為可能有助確定排泄行動何時會發生，及意味當事人可以在適當時候被帶往廁所。

尋求幫忙

您不是孤立無援的。如果加以治療，大便失禁是可以治癒或處理的。



誰人可以幫忙？

- 您的醫生。
- 國家失禁協助專線 (National Continence Helpline) 免費電話：1800 330 066 (協助專線可以安排電話傳譯員)
- 您的社區或醫護人員，或物理治療師
- 醫院、社區健康中心，失禁診所或澳洲失禁基金會資源中心或分處 (Continence Foundation of Australia Resource Centres or Branches) 的專門失禁顧問。

傳譯員。有些服務機構是可以替您免費安排傳譯員的(可要求和您同一性別的傳譯員)，請向服務機構查詢。

電話傳譯員服務比較便宜，而且往往可以立刻獲得服務。例如翻譯及傳譯服務處 (TIS) 醫生優先專線提供免費服務給私人執業的醫生，讓他們可以和英語較差的病人溝通。您的醫生可打電話 1300 131 450 預約服務。

您可以從這些其他小冊子獲得更多資料：

- 小便失禁：這是甚麼一回事？
- 人人適用的良好膀胱習慣
- 膀胱訓練
- 給男性的骨盆底肌肉運動
- 給女性的骨盆底肌肉運動
- 痴呆症與小便失禁
- 便秘與小便失禁
- 膀胱問題及前列腺
- 失禁輔助物及用具
- 失禁：傳說與事實
- 小便節制力評估是甚麼
- 十個經常詢問的問題
- 生過孩子的婦女中，三個有一個患尿濕
- 給患壓迫性失禁 (stress incontinence) 婦女的手術



Faecal Incontinence