

會陰沖洗居家護理指導

目的：清潔外陰部，除去異味，增加舒適，預防感染。

一、沖洗前：

1. 用物準備：臉盆、溫水、肥皂、毛巾、杯子、沖洗壺、吸水尿布墊、便盆、吹風機。
2. 洗手。

二、沖洗時：

1. 注意病人隱私及保暖。
2. 將防水尿布墊置於臀部下方。
3. 用少許溫水滴在大腿內側，讓病人感覺水溫，以免燙傷。
4. 在會陰處沖少許水後，抹上適量肥皂，再用溫水清洗。
5. 男病人需仔細觀察有無破皮、皺摺處有無污垢，並撥開包皮清洗。女病人則需將陰唇分開來清洗，洗淨分泌物（無須刻意將小陰唇分開，以避免沖洗液流入陰道內造成感染）。
6. 用小可愛沖洗壺或杯子裝溫水，由上往下的沖洗，以邊沖邊洗方式，洗淨肥皂。
7. 用毛巾擦乾（由上往下）。也可用吹風機吹乾（注意吹風機的距離及溫度。注意距離不可太近，溫度不可過燙）。

三、沖洗後：

1. 換上洗淨褲子。
2. 整理用物。
3. 洗手。

四、注意事項：

1. 增加病人水分攝取，減少尿道感染機會。
2. 每日會陰沖洗一至二次。
3. 於大便後或分泌物多時協助沖洗。

