

# 醫院失禁防治指導員認證與在職訓練課程計畫

計畫主持人：醫務暨健康管理系助理教授、社區健康照護研究中心主持人郭德貞

合作機構：台灣尿失禁防治協會

執行期間：1080201~1090131

## 一、計畫背景及目的

骨盆健康與失禁防治是婦女健康的重要關鍵，而維護婦女健康，更是女性的自我肯定與身體自主權的重要因子。隨著年齡的增長，成年婦女因為懷孕、生產、工作及運動、賀爾蒙改變等因素，骨盆底肌肉功能也隨之改變，若無適度的運動鍛鍊，就會產生退化及廢用症候群。依照國民健康局91年進行的國民健康調查發現：三十歲以上婦女已停經者中自述有尿失禁症狀者佔5.2%，而國內相關調查更顯示尿失禁之盛行率介於12.7-53.7%。根據國內外的研究顯示，失禁是老人被送入護理之家及接受機構安置最主要的因素，而老人夜間起床上廁所更是造成跌倒的主因。可惜的是，雖然目前的健康政策已經設法兼顧生殖健康與慢性病防治，但是對於女性的象徵---乳房與骨盆腔，目前的保健仍只偏重婦癌防治，對於攸關婦女身體心像的性與排泄的功能，目前仍無較具體的健康促進方案。或許這與國情對於性器官功能的迷思與保守觀念有關。殊不知，這樣的觀念對於婦女的健康影響甚鉅。尤其在骨盆功能方面，婦女的骨盆需要承擔生產、排尿與排便與性功能的重要的生理機能外，骨盆的穩定性更對中老年婦女的身體活動功能有決定性之影響。婦女需要在對骨盆整體功能健康促進有更正確的認識，尤其是在骨盆底肌肉功能異常所造成的大小便失禁、脫垂，對於婦女的生活品質影響甚鉅，而婦女的諱疾忌醫更是坐失早期發現早期治療之契機。因此，針對近50%的婦女人口，如何倡導骨盆健康的保健概念，在肌肉廢用的早期就能及早訓練，改變不良習慣，避免憋尿及養成多喝水的習慣，是中老年婦女健康的重要關鍵。

## 二、進行方法與步驟

### (一)辦理教育訓練

本計畫辦理兩場教育訓練，使用焦點座談，瞭解醫院失禁防治指導員目前執業的概況，並且給予生理回饋、排尿訓練等課程，實地實作指導以及個案研習並進行成長營成效評估。

### (二)資料分析：

依照執行內容，本計劃將以EXCEL軟體進行資料的建檔與分析，依資料的屬性先給予描述性之統計呈現，進行資料處理及相關的統計分析並繪製圖表進行比較。

## 三、教學連結 產學合作對應課程之應用

課程名稱	班級	上課週次	單元	評量方式
醫管實務專題(一)、(二)	醫四三甲	預計二週	研究資料分析與整理	專題製作、專題發表

## 四、具體成果

此計畫於台北、台中各舉辦一場108年度醫院失禁防治指導員計劃，以長期照顧機構或醫療院所之護理人員、照顧服務員、一般民眾對象。在「帶給我的收穫及成長」，台北場的平均滿意度為4.80分、台中場的平均滿意度為4.79分。本次舉辦的活動，希望可以讓長期照護的第一線人員可以有更多正確的觀念，而與去年相比，本次活動中，大家對於尿失禁的觀念都有大幅的提升，本次活動中也宣導自力排泄，希望對於第一線人員以及一般民眾能有很大的幫助，讓更多的被照顧者能得到最大的幫助，也希望能減輕照顧者的負擔。

