

失禁相关性皮炎的预防及护理措施

王 娜

华中科技大学同济医学院附属同济医院护理部 湖北 武汉 430000

摘要：失禁性皮炎是大小便失禁患者的常见并发症，主要由于肛周或会阴部皮肤长期受尿液、粪便等分泌物刺激引发的皮肤损伤或炎症反应，表现为皮肤瘙痒、疼痛，甚至破损溃烂，严重影响生活质量。为降低发病率，有效预防与护理至关重要；需增强患者及家属的预防意识，同时加强护理措施。通过提高清洁频率、使用皮肤保护剂、及时调整体位及药物治疗等综合手段，可显著减轻患者痛苦，促进皮肤愈合，全面提升预防与护理水平，才能有效避免失禁性皮炎对患者造成的侵害，助力患者康复。

关键词：失禁；皮炎预防；护理措施

引言：IAD（失禁相关性皮炎）是一种常见于老年患者的刺激性皮肤炎症。本文阐述了IAD的定义及其发生的相关因素，同时从皮肤清洁、皮肤保护、心理干预及饮食管理等方面，对当前IAD的预防与护理措施进行了全面综述。通过深入分析这些关键方面，本研究旨在为老年IAD患者提供科学、有效的护理指导，减轻其症状，提高生活质量，并为临床实践提供最新的科学依据，以更好地服务于这一特殊患者群体。

1 失禁相关性皮炎的概述及危险因素

1.1 失禁相关性皮炎的概述

失禁相关性皮炎（Incontinence Associated Dermatitis, IAD）是一种特殊的皮肤炎症，主要由皮肤长期或频繁接触尿液、粪便等排泄物而诱发^[1]。这种炎症性皮肤病变在临床上表现主要包括红斑、红疹、皮肤浸渍、水疱以及破溃等，这些症状通常出现在身体的特定部位，如会阴部、腹股沟、骶骨部、臀部以及大腿内侧，这些区域由于解剖结构和生理功能的特殊性，更容易受到排泄物的刺激和污染。根据病情的严重程度，失禁相关性皮炎可分为失禁性皮炎可以分为早期失禁性皮炎、中度失禁性皮炎、重度失禁性皮炎：（1）早期IAD，皮肤虽然保持完整，但会出现轻度发红和不适感，这是皮肤受到轻微刺激后的初步反应；（2）当中度IAD发生时，皮肤发红程度加重，可能出现皮肤剥脱、大小不等的水泡或小范围皮层受损，并伴有疼痛或不适感，这时皮肤的屏障功能已经受到较为严重的破坏。（3）而在重度IAD的情况下，皮肤会呈现暗色或深红色，大面积皮肤剥落受损，伴有水泡和渗液，这是皮肤炎症发展的严重阶段，需要及时的医疗干预^[2]。

1.2 失禁相关性皮炎的危险因素

失禁相关性皮炎（IAD）的发生与多种危险因素紧密

相关，皮肤长期暴露于湿性浸渍环境是首要因素，尿液和粪便的持续刺激破坏了皮肤的保护屏障。尿/粪失禁作为直接诱因，其存在显著增加了IAD的风险，尤其是当两者同时存在时，风险更是大幅上升。随着年龄的增长，皮肤的自然防御能力逐渐减弱^[3]，80岁及以上的老年人由于皮肤弹性和免疫力的下降，成为IAD的高发人群。

2 失禁相关性皮炎的预防措施

2.1 清洁皮肤

清洁皮肤作为预防失禁性皮炎的首要步骤，其重要性不言而喻；在日常护理中，应选用温度适宜（接近人体温度）的清水配合使用一次性婴儿用湿巾轻拍式擦拭来处理皮肤^[4-5]，这样既能有效去除污垢，又能避免过高或过低的温度对皮肤造成刺激。强烈建议避免使用那些含有强力清洁成分的洗护产品，因为它们往往会剥夺皮肤的天然油脂，导致皮肤干燥、粗糙，甚至引发瘙痒和不适感，这些都可能成为失禁性皮炎的诱因^[6]。

2.2 皮肤保湿

皮肤保湿在预防失禁性皮炎中扮演着至关重要的角色，皮肤作为人体的第一道防线，其健康状态直接关系到个体对外部环境的适应能力和抵抗力。在选择护肤产品时，我们应特别关注其成分表，优先考虑那些含有甘油、透明质酸等高效保湿成分的产品，甘油作为一种经典的保湿剂，能够深入肌肤底层，为皮肤细胞提供持久的水分滋养；而透明质酸则以其卓越的锁水能力著称，能够形成一层保护膜，防止水分流失，从而促进皮肤细胞的修复与再生。

2.3 环境调整

环境对于皮肤的健康状况同样具有不可忽视的影响，在居家生活中，我们应确保室内空气流通顺畅，每天定时开窗通风，以有效排除室内的污浊空气，引入新

鲜、富含氧气的空气。在干燥的季节里，加湿器能够帮助皮肤保持水润状态；而在潮湿的天气中，空调或风扇则能够迅速降低室内湿度，避免皮肤因过度潮湿而引发不适；此外，及时更换被尿液或汗液污染的床单，以减少皮肤与污染物的接触时间，从而降低感染的风险。

2.4 及时更换衣物

在失禁性皮炎的预防策略中，衣物的选择与更换频率具有不可忽视的重要性，为了确保患者的皮肤得到最大程度的保护，我们应当精心挑选那些质地柔软、透气性优良且具备强大吸湿能力的棉质衣物。并且要根据患者的具体状况，如尿量、活动情况等，来灵活调整更换频率^[7]。

2.5 积极治疗疾病

在防治失禁性皮炎的过程中，积极治疗患者的原发疾病是核心环节，失禁，无论是尿失禁还是大便失禁，往往源于某种潜在的健康问题，如尿路感染、神经系统损伤或肠道疾病等。一旦明确病因，就应立即启动针对性的治疗方案。这可能包括药物治疗、物理疗法、手术干预或多种治疗方式的综合应用；治疗的目标是恢复患者的膀胱或肠道控制功能，从而减少失禁的发生。

2.6 营养支持

营养是皮肤健康不可或缺的一部分，一个均衡的饮食不仅能够为身体提供必要的能量，还能为皮肤的修复和再生提供充足的原料^[8]。维生素A、C、E等抗氧化物质是皮肤修复和再生的关键，它们能够抵抗自由基的损害，保护皮肤细胞免受损伤，并促进受损细胞的修复。因此，患者应多吃富含这些维生素的食物，如胡萝卜、柑橘类水果、坚果等，矿物质如锌、硒等也是皮肤健康不可或缺的元素，锌能够参与皮肤细胞的代谢和修复过程，而硒则具有抗氧化和抗炎作用，有助于增强皮肤的免疫力。

3 失禁相关性皮炎的护理措施

3.1 及时清理大小便

对于失禁患者而言，每次排泄后都应及时进行清理^[9]，这是预防失禁相关性皮炎的首要且至关重要的步骤：（1）排泄物中的刺激性物质如不及时清除，将长时间与皮肤接触，引发或加重皮炎；（2）清理时，应使用温水和温和的清洁产品，避免使用刺激性强的化学清洁剂，以免对皮肤造成二次伤害，轻轻洗净会阴部皮肤，确保无残留物，特别是褶皱处和隐蔽部位，要仔细清洗，避免遗漏。（3）清洗后，用柔软的毛巾轻轻拍干皮肤，避免擦拭造成的摩擦伤害。（4）毛巾的选择也至关重要，应选用质地柔软、吸水性好的棉质毛巾，以减轻对皮肤的刺激，

并尽量避免使用纸尿裤长时间包裹，以减少皮肤与潮湿环境的接触时间。（5）纸尿裤虽然方便，但长时间使用会导致皮肤处于潮湿状态，增加皮炎的发生风险；因此，在必要时使用纸尿裤时，也应定期更换，保持皮肤的干燥和清洁。

3.2 使用皮肤保护剂

在失禁相关性皮炎的预防与护理中，皮肤保护剂的使用扮演着至关重要的角色。（1）皮肤保护剂的选择：造口粉、水胶体敷料和液体敷料是常用的皮肤保护剂。造口粉，以其卓越的吸湿和收敛特性，能够迅速吸收皮肤表面的潮湿，保持皮肤的干爽状态，从而减少细菌滋生的环境。水胶体敷料是一种具有聚合水凝胶、合成橡胶以及黏性物混合的多特性弹性敷料，因此有较好的黏性，具备吸收创面渗出液和清创的能力^[10]。而液体敷料则能在皮肤表面形成一层坚韧而透明的保护膜，这道屏障如同一道防线，将外界的刺激物隔绝开来，为皮肤提供全面的保护。（2）正确的使用方法：对于皮肤仅出现潮红或需要预防性保护的情况，清洗并抹干皮肤后，可直接喷涂液体敷料，确保保护膜均匀覆盖于皮肤表面，形成有效的防护层。若皮肤已经遭受损伤，出现糜烂或溃疡等，则需在清洁皮肤且完全干燥后将造口保护粉均匀喷洒在破溃皮肤表面（注意造口保护粉仅覆盖破溃、水肿、红斑等区域皮肤，不可喷洒在无损皮肤的表面），应用造口保护粉后将水胶体敷料覆盖皮损表面，注意观察敷料外观，待敷料泛白或有渗液超过1/3时及时更换^[11]。

3.3 体位护理

失禁患者由于身体条件的限制，往往长时间卧床或活动受限，这使得他们的皮肤容易受到压迫，进而增加压力性损伤的风险^[12]。为确保患者的皮肤得到充分的保护，我们应定期为患者翻身，建议每1~2小时进行一次。在每次翻身时，我们都应仔细检查患者的皮肤状况，特别是那些失禁性皮炎的高发区域，如会阴部、臀部等。一旦发现皮肤有摩擦破损或炎症迹象，我们必须立即采取措施进行处理，以防止病情进一步恶化；对于那些能够下床活动的患者，我们应积极鼓励他们进行适当的活动，活动不仅可以促进血液循环，增强皮肤的抵抗力，还有助于提升患者的整体健康状况^[13]。

3.4 局部药物治疗

当失禁患者的局部皮肤出现红斑、水泡或糜烂性改变时，这往往是失禁相关性皮炎已经发生或加重的明显信号。此时，患者应及时就医，寻求专业医生的帮助，并在其指导下使用具有止痒、抗过敏、抗感染作用的药物治疗。药物治疗是缓解皮炎症状、促进皮肤愈合的关键

手段。在众多药物中,活性银离子抗菌液和活性银离子凝胶因其显著的抗菌、消炎、促进伤口愈合效果而备受青睐。活性银离子能够深入皮肤,有效杀灭细菌,减轻炎症,为皮肤的恢复创造有利条件^[14]。在使用这些药物时,需遵循一定的步骤。首先,用活性银离子抗菌液彻底清洗疮面,去除表面的污垢和细菌,为药物治疗打下良好基础。随后,外涂活性银离子凝胶,形成一层保护膜,既能隔绝外界刺激,又能促进皮肤细胞的再生和修复。

3.5 氧疗联合护理

对于重度失禁相关性皮炎患者而言,传统的护理措施往往难以达到理想的治疗效果。(1)氧疗的核心在于利用高流量氧气局部吹干皮肤,这一过程能够有效促进皮肤表面的干燥和愈合^[15]。在每次大小便后,我们首先进行基础清洁,确保患处干净无污物。随后,使用高流量氧气对准患处进行吹干,此时需特别注意保持适当的距离和角度,以避免氧气直接吹到患者的眼睛或口鼻等敏感部位,造成不适。(2)吹干后,我们涂抹红霉素软膏或造口粉等药物,以进一步增强保护效果。红霉素软膏凭借其抗菌、消炎的作用,能够显著减轻皮肤炎症,缓解患者的痛苦。而造口粉则能够吸收皮肤表面的潮湿,保持皮肤干燥,为皮肤的恢复创造有利条件。

结语

失禁相关性皮炎作为失禁患者面临的一大挑战,其预防和治疗需要综合考虑多个方面。通过本文的阐述,我们深刻认识到清洁皮肤、皮肤保湿、环境调整、及时更换衣物、积极治疗原发疾病及营养支持在预防IAD中的重要性。并针对已发生IAD的患者,及时清理大小便、使用皮肤保护剂、体位护理、局部药物治疗及氧疗联合护理等措施的实施,对于减轻患者痛苦、促进皮肤愈合具有显著效果。

参考文献

[1]黄琼蕾,金瑛.失禁相关性皮炎患者中西医护理研究进展[J].中华现代护理杂志,2020,26(9):1121-1126.
 [2]包珊.失禁性皮炎与压疮的临床症状及护理.人人健康. 2017 (22):146+192.
 [3]尚燕春,乔红梅,谢莲祗.内科重症监护病房大便失禁

患者发生失禁相关性皮炎状况及其危险因素.现代临床护理.2017.16 (12):10-13.

[4]吕梅叶,邓远岑,方洁,刘永平,陈莹,吴敬医.不同方法预防ICU危重患者大便失禁相关性皮炎的效果比较.实用临床医药杂志. 2017,21 (12):160-162.

[5]朱佳.神经外科患者失禁相关性皮炎的管理及护理研究进展.继续医学教育. 2022,36 (11):165-168.

[6]谭美华,侯振霞,邓晶莹.针对性护理在预防失禁相关性皮炎中的应用效果[J].中国民康医学,2020,32(2):165-166.

[7]孔冬梅,蒋和娣,庄敏,等.重型颅脑损伤病人失禁相关性皮炎的护理研究进展[J].全科护理,2020,18(26):3477-3479.

[8]张宇,张晓雪,赵晓维,姜红涛,王欣然.危重症患者失禁性皮炎的发生现况及其影响因素[J].解放军护理杂志,2018,35(16):16-21,26:16-21+26.

[9]王冷,郑小伟,马蕊,刘晓黎.国内外失禁相关性皮炎护理实践专家共识解读[J].中国护理管理,2018(01):13-16:3-6.

[10]伊芳华.水胶体敷料联合造口保护粉用于失禁性皮炎的临床护理效果分析.10.16662/j.cnki.1674-0742.2022.29.163:163-167

[11]陈雪,李文强,邓冬梅,朱建丽,姚康景,柯天珍.水胶体敷料联合造口保护粉用于失禁性皮炎的临床护理效果观察.中国医学创新. 2020,17 (25):94-97.

[12]邓思思,彭丹,王霞,赵洁,吴梦玲,郭亚伦,李月.伤口造口护理小组在压疮预防与治疗中的效果.中国继续医学教育. 2019,11 (06):158-160.

[13]罗晓丽.结构化皮肤护理在预防脑卒中失禁相关性皮炎中的应用[J].医学食疗与健康,2020,18(13):33-34.

[14]胡应娴.银离子抗菌敷料在感染性压力性损伤患者综合护理中的应用效果.微量元素与健康研究. 2024,41 (05):6-8.

[15]秦文华,董春兰,舒小琼.氧气吹臀联合屁屁乐护臀膏治疗重症患者失禁性皮炎的疗效观察.黑龙江医药科学. 2022,45 (06):38-39+42.