

醫病共享輔助決策工具表

病歷號		給表日期	
填寫人	☐ 本人 ☐ 家屬	回收日期	

應力性尿失禁治療方式有哪些選擇？

前言

醫師診斷您有應力性尿失禁時，請您先認識此疾病及有哪些治療方式，當您清楚了解各種治療方式、風險及預後，與您的主治醫師討論最適合您的治療方式，相信對您的治療將更有幫助。

適用對象 / 適用狀況

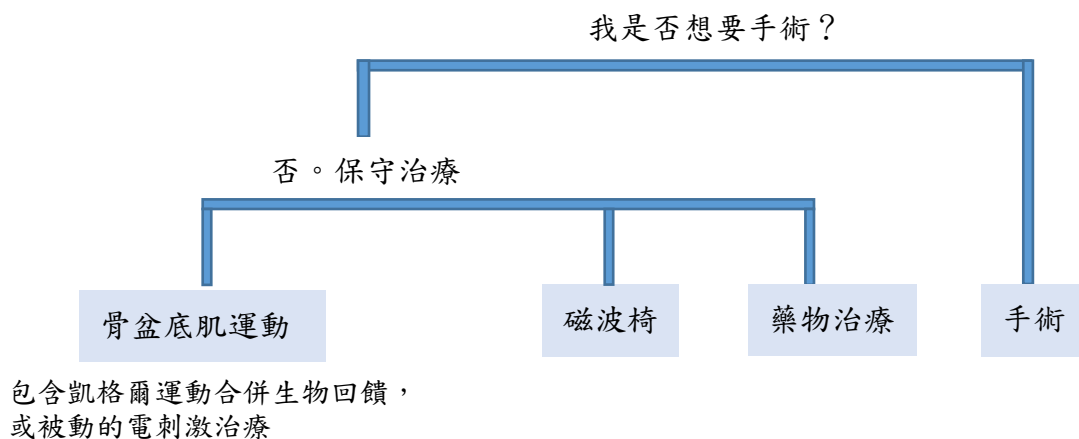
大於 20 歲的成年女性，經由醫師診斷患有以應力性尿失禁表現為主的患者，可藉由此表單了解下一步的治療選擇。

疾病或健康議題簡介

應力性尿失禁是當打噴嚏、咳嗽，或做其他使腹部壓力上升的事情時產生的漏尿情形。女性有較高機率發生應力性尿失禁，其發生率也隨著年齡的增加而上升。隨著社會高齡化，被尿失禁所困擾的患者越來越多，只要願意就診及接受治療，都會得到很大的改善。

醫療選項簡介

應力性尿失禁的治療選擇可分為手術及非手術治療，非手術治療以訓練骨盆底的肌肉為主，可以分成主動運動及被動運動，主動運動可以藉由凱格爾運動搭配生物回饋(或稱生理回饋)，而被動運動則可以用電或磁的刺激來帶動肌肉的運動；另外藥物也是治療的選項之一。治療選項詳細的介紹將在下面一一陳述。

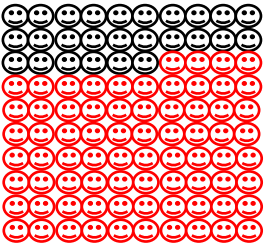
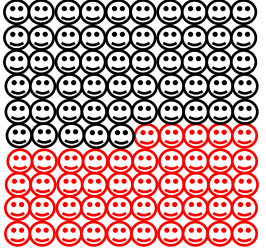
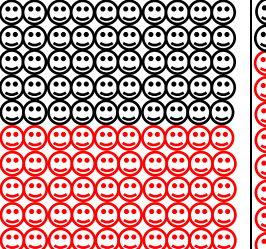
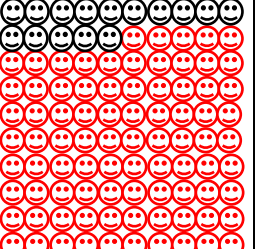


您目前比較想要選擇的方式是：

- ☐ 骨盆底肌運動
- ☐ 磁波椅
- ☐ 藥物治療
- ☐ 手術
- ☐ 目前還無法決定

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、選項的比較

治療方式	主動骨盆肌底運動合併生物回饋(或稱生理回饋), 或被動運動	磁波椅	藥物	手術
選項簡介	- 凱格爾運動是訓練骨盆底肌肉的方法, 想像自己在憋尿或避免放屁的時候, 緩慢地夾緊肛門, 持續收縮陰道周圍的肌肉和尿道口, 避免憋氣或使用到腹部的力量 - 生物輔助可以幫助您學習如何用力。其做法是將一個偵測儀器置入陰道或肛門後, 在您用力時, 會發出聲音或用畫面告訴您目前用力的情形。或是將貼片置於會陰部跟腹部, 來監測肌肉用力主動的情形	- 磁刺激可以控制磁場內的神經和肌肉, 使括約肌肉收縮、逼尿肌放鬆, 可以被動刺激骨盆底肌肉的收縮達到治療效果 - 這項治療很少造成不適, 也不用除去衣物, 只需舒適的坐在椅子上即可	- 藥物可以使膀胱放鬆, 增加膀胱出口的阻力, 改善尿失禁問題 - 對停經後出現應力性尿失禁症狀的病人, 投予女性荷爾蒙可改善局部血流量與張力, 進而改善尿失禁症狀 - 藥物減緩尿失禁的症狀, 停藥後仍有可能出現尿失禁的症狀	- 手術治療主要使膀胱頸及尿道經懸吊而維持正常位置, 或增加尿道括約肌閉鎖功能 - 目前主流方式為中段尿道懸吊術, 手術只會在兩邊大腿內側留下兩個小傷口 - 這種手術有效果好、傷口小、出血量低、術後疼痛降低、住院時間短等好處
經濟考量	有健保給付, 每週兩次治療, 每六次治療需負擔一次門診費; 為維持衛生, 生物回饋或電刺激需購入自己的探頭, 約 1,000-3,000 元	有健保給付, 每週兩次治療, 每六次治療需負擔一次門診費, 需負擔門診費用	有健保給付, 每三個月回診一次拿慢性處方箋, 需負擔門診費用	有健保給付, 若您想選擇自費的醫材可再和醫師討論
方便性	一周需至醫院 2-3 次進行生物回饋訓練, 其餘時間可在家運動	一周需至醫院 2-3 次使用儀器	需定期回診、按時服藥	需住院 2-3 天治療
舒適性	進行生物回饋時, 須將探頭置入陰道或肛門內, 可能造成不適	磁刺激是最舒適的治療方式, 只要坐著就能達到治療	需定時服藥、定時回診, 因人而異可能出現副作用	術後傷口可能會有短期的疼痛
治療效果	研究指出, 在經過 3-6 個月有效的凱格爾運動後, 約有 74% 的患者可以得到改善。搭配生物回饋能讓您更有效的進行骨盆收縮 	可有效提升生活品質, 降低失禁次數, 一年內改善率約 3-6 成 	約 50% 患者的症狀可以得到控制, 並可以改善生活品質。但無法達到治癒的效果 	效果快, 原則上永久有效。手術後一年的改善率可達 71%~98% 
副作用/併發症	過度訓練可能導致肌肉痠痛, 若施力方式不當甚至可能惡化尿失禁	治療時臀部可能有麻或刺痛感, 大概幾天後就會消失	常見的副作用包含姿勢性低血壓、頭暈、頭痛、心律不整、口乾、尿滯留、困倦、失眠、便秘	常見併發症有: 術後尿急、頻尿、膀胱尿道損傷等等。術後極少病人可能有傷口感染或泌尿道感染的風險
限制	需要長期的訓練才能看到效果, 且需持之以恆, 才能維持成效	身上有金屬裝置如心律調節器者不能使用	根據個人的慢性病可能有不適用的藥物	手術需在麻醉下進行, 若身體狀況不合進行麻醉者無法接受手術治療

步驟二、您選擇醫療方式會在意的項目有什麼?以及在意的程度為何?

考量項目	重要程度					
	最不重要					非常重要
我有經濟考量，希望不要花太多錢	0	1	2	3	4	5
我比較怕痛，不希望治療會有太多疼痛	0	1	2	3	4	5
我想盡快好	0	1	2	3	4	5
我沒有很多時間可以來醫院	0	1	2	3	4	5

步驟三、對於上面提供的資訊，您是否已經了解呢?

- 1.尿失禁是無法治癒的疾病嗎? ☐是 ☐否 ☐不確定
- 2.一定要手術才能治療尿失禁嗎?☐是 ☐否 ☐不確定
- 3.藥物可以治癒尿失禁嗎?☐是 ☐否 ☐不確定

步驟四、您現在確認好醫療方式了嗎?

- 1.關於以上的治療資訊您是否都了解了呢? ☐是 ☐否☐不確定
- 2.您瞭解您適合哪些選擇了嗎? ☐是 ☐否 ☐不確定
- 3.您是否有需要討論治療方式的對象呢? ☐是 ☐否 ☐不確定

您的選擇是：

- ☐骨盆底肌運動
- ☐磁波椅
- ☐藥物治療
- ☐手術
- ☐目前還無法決定

請問您此次使用醫療決策輔助工具的經驗和看法

為提升本院醫病共享決策之推動品質，懇請您就此次使用醫病共享輔助決策工具的經驗，提供寶貴意見，回答內容均為保密，敬請安心作答。

1.您此刻是否已經做好醫療選項(治療方案)的決定?

- ☐我目前仍無法決定
- ☐我在使用本輔助工具前已做好決定
- ☐我在使用本輔助工具前有決定，但使用本輔助工具後改變決定的選項
- ☐我在使用本輔助工具後才做好決定

2. 您對醫病共享決策使用的經驗

我認為利用醫病共享決策的方式，能.....		非常 不同意	不同意	普通	同意	非常 同意
1	能充分提供我目前面對醫療決策的相關知識	1	2	3	4	5
2	有助於我更了解目前面對的各種醫療選項優、缺點內容	1	2	3	4	5
3	幫助我瞭解可以選擇的醫療方式	1	2	3	4	5
4	提供我有機會向醫療人員提出我的疑問	1	2	3	4	5
5	促進我對醫療過程的參與	1	2	3	4	5
6	促進我和醫療人員間的溝通	1	2	3	4	5
7	讓我更信任醫療人員對我的醫療處置	1	2	3	4	5
8	幫助我做出最適合的醫療選擇	1	2	3	4	5

	請問本次醫療決策選擇的確認	否	是
1	您是否對您的最佳選擇感到確定?	0	1
2	您是否知道每個選項的好處與風險?	0	1
3	您是否清楚哪些好處與風險對您是最重要的?	0	1
4	您是否有的得到足夠的幫助、意見和支持去做選擇?	0	1

瞭解更多資訊及資源：

應力性尿失禁困擾著許多的婦女，但並非不可治療的問題，建議與您的醫師討論後決定您的治療方向

完成以上評估後，您可以攜帶此份結果與您的主治醫師討論