

正确使用开塞露，远离便秘困扰

文 / 西安市第一医院 孙锦涛 杨璐萌



关键词：开塞露；便秘；用药方法；安全用药

便秘是临床上常见的消化系统问题之一。随着患病率的攀升，开塞露作为外用非处方药，凭借起效快、不良反应少、使用方便等优势，成为越来越多家庭的常备药物。然而，也正因其使用便捷、获取容易，人们在实际使用中往往存在诸多误区。那么，开塞露究竟适用于哪些情况？如何使用才能既安全又有效？又有哪些需要特别注意的事项？本文将围绕这些问题，为您一一解答。

一、便秘的类型及开塞露的适用情况

要明确开塞露的适用情况，我们首先需要了解何为便秘。便秘常分为以下三种类型：

1. 功能性便秘

功能性便秘最为常见，主要表现为排便困难、排

便次数减少和排便不尽感。除肠道本身功能紊乱外，其发生与日常生活方式密切相关，如饮水不足、久坐不动、蔬菜水果摄入不足、不良排便习惯等。此外，精神心理因素（如压力大、焦虑、抑郁等）也可能加重便秘症状。

2. 器质性便秘

器质性便秘常由特定疾病引起，主要包括肠道本身病变（如肠梗阻、巨结肠、痔疮、肛裂等）以及影响肠道动力的其他疾病（如甲状腺功能减退症、糖尿病、帕金森病等）。

3. 药物相关性便秘

部分药物可导致便秘。例如，钡餐检查中所用的硫酸钡可在肠道内残留，从而诱发或加重便秘。某些镇痛药、抗抑郁药、抗过敏药及降压药，也可通过不同机制

影响肠道功能,引起便秘。

由此可见,便秘的病因复杂多样,成分简单的开塞露不可能都适用。例如,部分功能性便秘患者由于结肠蠕动缓慢,粪便长时间停留在结肠,无法下行至直肠,而开塞露主要作用于直肠,此时使用开塞露往往无效。此外,肠梗阻、肛裂、痔疮急性发作期以及对开塞露过敏者,均禁用本品。

二、开塞露的正确使用方法

开塞露的成分虽简单,但使用方法却有讲究,大体上可分为常规用法和改良用法两类。

1.常规使用方法

(1)准备工作

使用前,需用洗手液或肥皂彻底清洗双手。取出开塞露(有条件者可佩戴一次性医用手套),检查包装是否完好以及注药口是否圆润平滑。

(2)插入开塞露

使用时,先挤出少量药液均匀涂抹于肛门口及注药管前端,再将注药管缓慢地插入肛门,避免用力过猛。插入深度一般为2~3厘米,确保开塞露的球部能够进入直肠内。

(3)挤压药液

快速挤压开塞露球体,将药液全部挤入直肠内。

挤压完毕后轻柔拔出,避免损伤肠道黏膜。

(4)保持原体位

挤入药液后,患者需要保持原体位5~10分钟,让药液充分发挥作用。对于严重便秘的患者,可能需要更长的时间。

特别提醒

若患者有粪便硬结嵌顿等情况,应先戴医用手套用手指将硬结取出,再使用开塞露。

2.改良使用方法

对于长期卧床、行动不便的便秘患者,常规使用方法存在药液易外溢、给药压力不足等缺点,往往需要反复用药。为此,临床工作者改良了开塞露的使用方法,旨在提高患者舒适度,减轻反复灌肠给患者带来的痛苦,同时减少护理人员的工作量。改良用法主要分为以下两类:

(1)分段式灌注法

适用于卧床的孕妇、老年人等不宜大剂量灌肠者。与常规使用方法相比,这种方法可显著降低药液外溢及腹痛伴里急后重的发生风险,疗效更佳,安全性更高。具体操作如下:①用注射器抽吸开塞露药液,连接一次性吸痰管并排尽空气;②以药液润滑吸痰管前端及肛门,将吸痰管缓慢插入肛门约16~18厘米处,注入



