

人工造口的護理指導

人工造口又稱為人工肛門，因為治療上的需要，經由手術將一部分腸道開口於前腹壁，更改糞便的出口，在腹部皮膚貼上收集袋收集腸道分泌物，對消化功能並無太大的影響，因功能區分為暫時性或永久性造口。

一、造口護理

1.用物準備：

透明軟環、結腸造口袋、便袋夾或橡皮圈、紗布或濕紙巾、衛生紙、棉花棒、清水或生理食鹽水、筆、測量卡、剪刀、適透膜膠、粉(視情況)、保膚膜噴霧(視情況)。

2.清潔皮膚：

撕去原本之透明軟環，以紗布或濕紙巾沾生理食鹽水或清水，輕拭造口周圍皮膚。如發現皮膚有破損時，可使用適透膜粉、保膚膜噴霧直接噴灑少量(薄薄一層即可)在破損處。

3.觀察造口：

造口外觀是腸子的內層，呈現粉紅濕潤，如果碰觸有微出血，並無大礙，但若有大量出血、顏色蒼白或變黑、紅腫、內縮，則須與醫師聯絡並回診。

4.測量造口的大小：

建議稍大於造口約 0.15-0.3cm 之間。若洞口太小或剛好，會摩擦造口而引起損傷出血；若洞口太大，分泌物會浸潤皮膚引起潰爛。

5.以筆在適透膜環背面畫出造口大小，再用剪刀沿記號剪下。

6.將透明軟環後面粘紙撕下，若造口容易滲漏，則可在透明軟環背面塗一圈適透膜膠，靜候 30-60 秒，待適透膜膠不粘手，再依造口位置黏貼，輕壓扣環之內圈及周圍，使透明軟環能緊貼在皮膚上。

7.使用及清洗便袋：

(1)當糞便累積至便袋 1/3 時將便袋取下清洗，同時以另一個便袋替換，避免過重造成透明軟環脫落，或因浸溼皮膚引起潰瘍。

(2)便袋取下後以清水清洗袋子，陰乾後可重覆使用，若有異味，可選擇附有活性炭濾片的便袋，或可使用中性肥皂、沐浴乳清洗，減少異味。

二、造口日常生活須知

1.飲食：

手術後三週內，採低渣飲食，避免刺激腸蠕動過劇而使糞便不易成形。三週後可隨個人喜好調整為正常飲食，再觀察這些食物消化是否有影響，除非有禁忌，否則建議每日攝取 2000cc 水份，避免食用產氣、氣味重、刺激性食物及易引起腹瀉的食物，如馬鈴薯、地瓜、糯米類、花生、豆類、洋蔥、牛奶、汽水、碳酸飲料等。

2.運動：

體力未完全恢復前，避免太勞動，若需作出力的工作或運動，可配帶束腹帶給予支托、固定造口，以防下墜、腸脫出，游泳時可使用造口保護蓋或粘貼小袋。

3.洗澡不受限制：

宜採淋浴，但避免用力擦拭造口處，以免破皮。

4.性生活：

性生活並不受影響，原則上沒有任何改變，同房前，可先將便袋內排泄物排空，或換上迷你便袋，以不壓迫造口處為原則。

5.結婚、懷孕：

只要保持身心的健康，當然可以結婚懷孕，懷孕前可和配偶及醫師先商量。

6.每日觀察造口情形：

正常造口(腸道)應是粉紅、紅潤，會有少量滲血或糞便流出，而壞死的造口可能會蒼白、發紺或發黑，起因為血流供應受阻。若出現大量膿性惡臭分泌物可能是感染導致，原因可能是造口處太接近傷口，手術過程中造成糞便汙染，如出現以上狀況需立即回診及告知醫師。

7.定期門診追蹤。