

衛教編號:CRS-004



2006.11.30 訂定
2020.12.31(5 審)
2019.05.01(5 修)

腸造口照護注意事項



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經大腸直腸外科護理專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

一、用物的準備：



1. 底座。
2. 便袋夾或橡皮圈。
3. 造口粉。
4. 造口膠。
5. 彎剪。
6. 量尺。
7. 紙膠。
8. 便袋。
9. 塑膠袋。
10. 衛生紙。
11. 濕紙巾（不含香精）。
12. 手套。

二、腸造口周圍皮膚的照顧：




(一) 移除底座，用不含香精濕紙巾清潔腸造口周圍皮膚，然後把裁剪好的造口底座貼上。


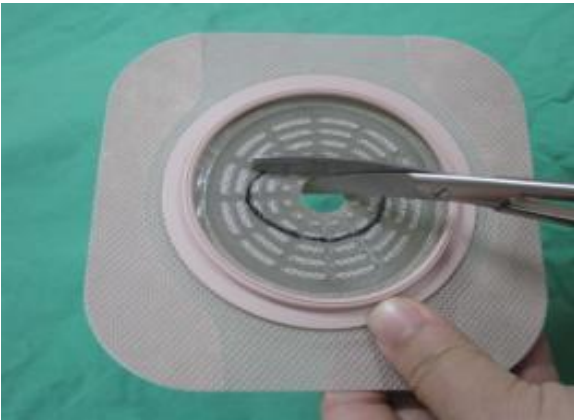
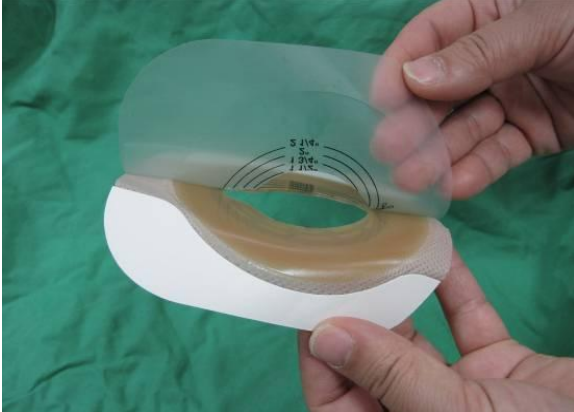
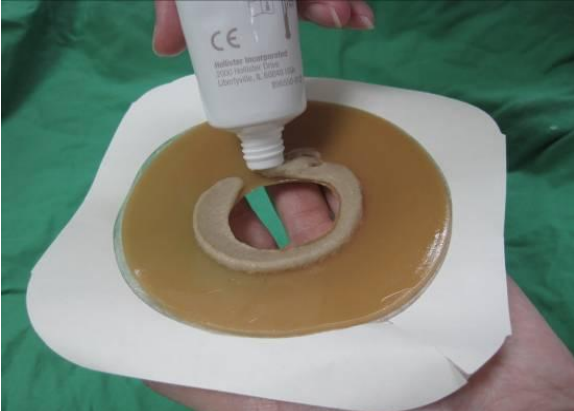
(二) 腸造口周圍皮膚可噴少量造口粉保護皮膚，若皮膚有嚴重破皮發紅時，應就醫。

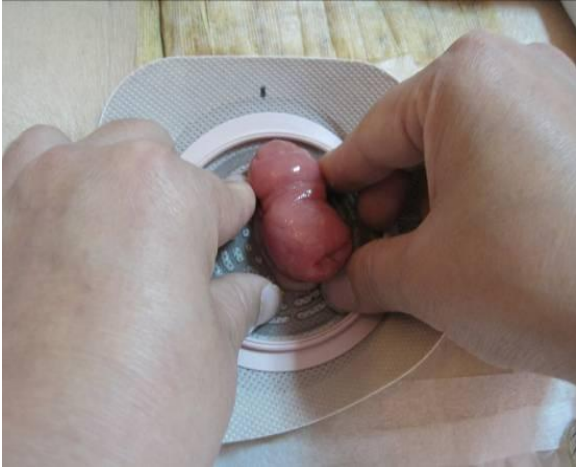


(三) 底座需每 5-7 天更換，但滲漏或腸造口周圍人工

皮已明顯泛白，則需要立即更換。



三、雙片式扣環便袋黏貼方法：

1		腸造口下方以紙膠黏貼塑膠袋。
2		測量腸造口基部的長度。
3		測量腸造口基部的寬度。

4		<p>可稍微翻起腫脹的腸造口，方便測量腸造口基部長及寬度。</p>
5		<ol style="list-style-type: none"> 1. 底座正面點上測量的長度和寬度連線劃記號。 2. 剪刀彎面朝內剪洞。 3. 剪好的洞口應與腸造口組織有 0.2~0.3 公分距離空隙。
6		<p>撕去底座背面膠膜。</p>
7		<p>將造口膠沿底座洞口邊緣塗上一圈，以加強黏貼效果，等塗膠不黏手後再執行黏貼動作。</p>





8		<p>黏貼前</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以衛生紙擦乾腸造口周圍皮膚。 2. 底座對準腸造口位置貼上。 3. 指腹輕壓底座塗膠處約 30 秒，再環形按壓，使底座與皮膚能緊密黏合。
9		<p>撕開底座外圍的紙，用手指由內往外抹平，平貼於皮膚上避免產生皺摺。</p>
10		<p>視需要於腸造口周圍均勻噴上造口粉，以形成保護膜。</p>

11		<p>便袋出口處先以便袋夾夾緊，或橡皮筋綁緊，避免在扣便袋時，剛好糞便排出而弄髒床單。</p>
12		<ol style="list-style-type: none"> 1. 將扣環便袋壓入底座環中，使其緊密結合。 2. 底座黏貼後需平躺約 30 分鐘，防脫落。 3. 當便袋排泄物量多或便袋滿 1/2 時，應排空便袋，以免太重使底座鬆脫或排泄物逆流浸潤皮膚。
13		<p>平躺時，便袋出口朝向床尾可呈 45 度至 60 度角，使排泄物可往下流。</p>



14		<p>站立時，便袋出口可朝向足部，使排泄物可往下流。</p>
15		<p>因為會壓迫到腸造口組織及便袋，所以放在腹部上的毛巾勿蓋住腸造口，方便排泄物可往下流，避免便袋滲漏。</p>
16		<ol style="list-style-type: none"> 1. 使用束腹帶時，魔鬼氈位置應在病人的右手邊(活動時才不會往上移位)。 2. 放在腹部上的毛巾必須捲起(如圖)，才不會壓迫腸造口組織及便袋。
17		<p>建議腹部手術後使用束腹帶(如圖)，至少3~6個月，來避免因腹壓增加而造成腸造口周圍疝氣或腸脫垂。</p>

四、腸造口日常生活之注意事項：

(一)食：均衡飲食，細嚼慢嚥，避免易脹氣及異味食物，

易脹氣食物	<u>地瓜</u> 	<u>黃豆</u> 
易異味食物	<u>洋蔥</u> 	<u>韭菜</u> 

可食用如香菜或蔓越莓等食物預防臭味；

預防臭味	<u>香菜</u> 	<u>蔓越莓</u> 
------	--	---

避免用吸管喝水；小便量變少或腸造口排泄量變多，可選擇補充含電解質液體，如運動飲料、果汁或菜湯等，並分多次慢慢喝完，勿只喝白開水。

(二)衣:寬鬆的衣物，避免壓到腸造口。傷口癒合好之後可淋浴，如要泡澡，避免泡到腸造口處即可。

(三)住:可上下樓梯，臥床起身時，手可按住腸造口處再下床，避免起身彎腰，造成擠壓底座而滲漏。

(四)行:可散步，使用束腹帶或腸造口專用束腹帶；避免增加腹壓的活動如仰臥起坐及劇烈運動，因為會增加腹內壓力，造成腸造口周圍疝氣或腸脫垂。



(五)育樂:可以出門旅行，可多準備 2~3 倍的腸造口用物；在公共場所，如台北火車站也有造口專用廁所可使用。



(六)福利:永久性腸造口或由醫師判定腸造口無法接回者，可申請身心障礙手冊。

(七)社會團體:玫瑰之友(造口)關愛協會、「大腸經」俱樂部結直腸癌病友會，世界造口日每年10月的第一個星期六。

飲食問題詢問癌症中心營養師，TEL：04-23592525
轉 3281。

造口問題可詢問門診造口師，TEL：04-23592525 轉
82445。

五、結論：

腸造口底座黏貼後，腸造口周圍可均勻噴造口粉來形成保護膜，如果底座無滲漏，則底座可5-7天再更換。飲食可避免產氣食物，衣物需避免壓到腸造口，並建議使用束腹帶3-6個月，和避免腹壓增加的動作，來預防腸造口周圍疝氣或腸脫垂的發生。

六、參考資料：

徐小惠、吳宥霖、許美玉 (2019)·造口周圍潮濕相關皮膚損傷評估與預防處置策略·志為護理-慈濟護理雜誌，18 (6)，75-82。

Kirkland-Kyhn, H., Martin, S., Zaratkiewicz, S.,

Whitmore, M., & Young, H. M. (2018). Ostomy care at home. *American Journal of Nursing*, 118(4), 63-68. <https://doi.org/10.1097/01.NAJ.0000532079.49501.ce>.