



衛教編號:CRS-004

2006.11.30 訂定
2020.12.31 (5 審)
2023.06.10 (6 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、前言：



因治療上的需要取出一段腸端，在腹壁形成一個暫時性或永久性的開口，讓糞便排出稱為腸造口(又叫人工肛門)，只要熟練造口器具的使用，可逐步回歸日常的生活。

二、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. 純水濕紙巾。
12. 清潔手套。

三、 雙片式造口袋黏貼：拆、洗、剪、貼四步驟

1		<p>拆: 拆除底座</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 造口下方貼塑膠袋➤ 順著皮膚拆除底座
2		<p>洗: 清洗皮膚</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 以<u>純水濕巾</u>擦洗周圍皮膚(不需額外消毒, 避免刺激皮膚)
3		<p>剪: 裁剪底座</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 裁剪合適大小的底座(剪裁洞口與腸造口組織有<u>0.2~0.3公分</u>距離空隙)
4		<ul style="list-style-type: none">➤ 測量腸造口基部的口徑大小(長度及寬度)➤ 腫脹的腸造口, 需稍微翻起, 準確測量基部口徑大小





5		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 底座正面點上測量的長度和寬度，將劃記連線 ➤ 剪刀彎面朝內剪洞 ➤ 核對裁剪後大小合適否
6		<p>貼：黏貼底座</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 撕下底座後的透明膜 ➤ 沿底座裁剪<u>內</u>一圈，塗上造口膠 ➤ 等待造口膠<u>不黏手</u>，執行黏貼
7		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 先用衛生紙擦乾造口周圍皮膚 ➤ 底座對準造口後貼上 ➤ 輕壓底座不動約 30 秒，用指腹或棉棒環形輕按壓底皮，使底座與皮膚能緊密黏合
8		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 撕下不織布處的紙，順貼於皮膚 ➤ 在造口和底座間隙噴灑造口粉，以形成保護膜

9		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 先扣上便袋夾 ➤ 扣上同規格造口袋 ➤ 底座黏貼後需採平躺約 30 分鐘，防脫落 ➤ 底座約每 5-7 天更換，但滲漏或造口底皮已明顯泛白，則需要立即更換
10		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 便袋滿 1/2 時要排空便袋，以防排泄物逆流浸潤皮膚 ➤ 平躺或站立時調整便袋出口角度，使排泄物順暢往下流
11		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 若腹部採傳統手術，建議至少 3~6 個月內需持續用束腹帶，避免腹壓增加，造成造口周圍疝氣或腸脫垂
12		<ul style="list-style-type: none"> ➤ 放在腹部上的毛巾會壓迫到造口及便袋，阻礙排泄物下流 ➤ 需將腹部上毛巾捲起增加空間，減少壓迫造口組織及便袋

四、腸造口日常生活之注意事項：

(一)食：均衡飲食，細嚼慢嚥。

1. 避免易脹氣及異味食物，如：地瓜、黃豆、洋蔥、韭菜等。

易脹氣食物	地瓜 (x) 	黃豆 (x) 
易產生異味的食物	洋蔥 (x) 	韭菜 (x) 

2. 可食用如香菜或蔓越莓等食物預防臭味。

預防臭味	香菜 (o) 	蔓越莓 (o) 
------	---	--

3. 避免用吸管喝水；小便量變少或腸造口排泄量變多，勿只喝白開水，需同時補充電解質液體，如運動飲料、果汁或菜湯等，並分多次喝完。

(二)衣:舒適為原則，避免直接壓到腸造口即可。手術傷口癒合就可每日全身淋浴，淋浴後將有碰到水的底座和便袋擦乾即可。

(三)住:可上下樓梯，臥床要起身時先側臥，然後手按住造口處再下床，避免起身彎腰擠壓底座而滲漏。

(四)行:活動時需使用束腹帶，避免腹內壓力過大，容易造成腸造口周圍疝氣或腸脫垂。散步、游泳等都可以，只要避免會造成腹壓增加的活動，如仰臥起坐及劇烈運動。



(五)育樂:建議隨身攜帶自製的造口旅行組(底座+便袋+濕紙巾...),方便旅行;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:若是永久性腸造口，可向區公所領取身心障礙鑑定表，請醫師填寫後申請身心障礙手冊。

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

癌病友會。

(八) 飲食問題可詢問癌症中心營養師，TEL：04-23592525
轉 3281。

(九) 造口問題可掛本院傷造口特別門診：諮詢傷口造口護理師，電話：04-23592525 轉 82445。

五、結論：

腸造口手術對治療疾病及維持生命是重要的，但身體外觀的改變，對於病人和家屬都帶來不等程度的衝擊。而腸造口底座大概 5-7 天需更換、及執行造口周邊皮膚的護理，照顧者和病人都是需要重新學習的；待照護技能隨著熟練後，可和一般人一樣正常的生活、工作、結婚和懷孕。

六、參考資料：

楊逸文 (2020)．腸造口．*臨床醫學月刊*，85(3)，131-134。

Ganjalkhani, M. K., Tirgari, B., Rashtabadi, O. R., & Shahesmaeili, A.

(2019). Studying the effect of structured ostomy care training on quality of life and anxiety of patients with permanent ostomy. *International wound journal*, 16. 1383-1390. <https://doi.org/10.1111/iwj.13201>

Golpazir-Sorkheh, A., Ghaderi, T., Mahmoudi, S., Moradi, K., Jalali, A.

(2021). Family-Centered interventions and quality of life of clients with ostomy. *Nursing Research and Practice*, 2022. 1-9.

<https://doi.org/10.1155/2022/9426560>

Millard, R., & Cooper, D., & Boyle, M. J. (2020). Improving self-care outcomes in ostomy patients via education and standardized discharge criteria. *Home Healthcare Now*, 38(1). 16-23.

<https://doi.org/10.1097/NHH.0000000000000816>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.腸造口病人飲食應避免易脹氣及異味食物，如：地瓜、黃豆、洋蔥、韭菜等。

是 否 不知道

2.腸造口病人避免用吸管喝水，若小便量變少或腸造口排泄量變多，勿只喝白開水，需同時補充電解質液體，如運動飲料、果汁或菜湯等，並分多次喝完。

是 否 不知道

3.術後傷口癒合仍不可以全身淋浴。

是 否 不知道

4.底座約每5-7天更換，但滲漏或造口底皮已明顯泛白，則需要立即更換。

是 否 不知道

5.裁剪合適大小的底座(剪裁洞口與腸造口組織有0.2~0.3公分距離空隙)。

是 否 不知道