



伊利沙伯醫院  
QUEEN ELIZABETH HOSPITAL

# 結腸造口護理手冊

## 自序

筆者編寫這本書的目的是希望提供一些有關護理「造口」的方法。替每位手術後的病人解決一些常見的問題，並且教導他們在手術後，仍能過着正常人的生活。

本書能夠順利完成，實有賴伊利沙伯醫院外科部張滿棠顧問醫生，提供不少寶貴的意見及 Coloplast, Convatec, Hollister 等公司的贊助出版，在此本人謹致衷心之謝意。

鄭少華姑娘

專科護士 (Q.E.H.)

# 引言

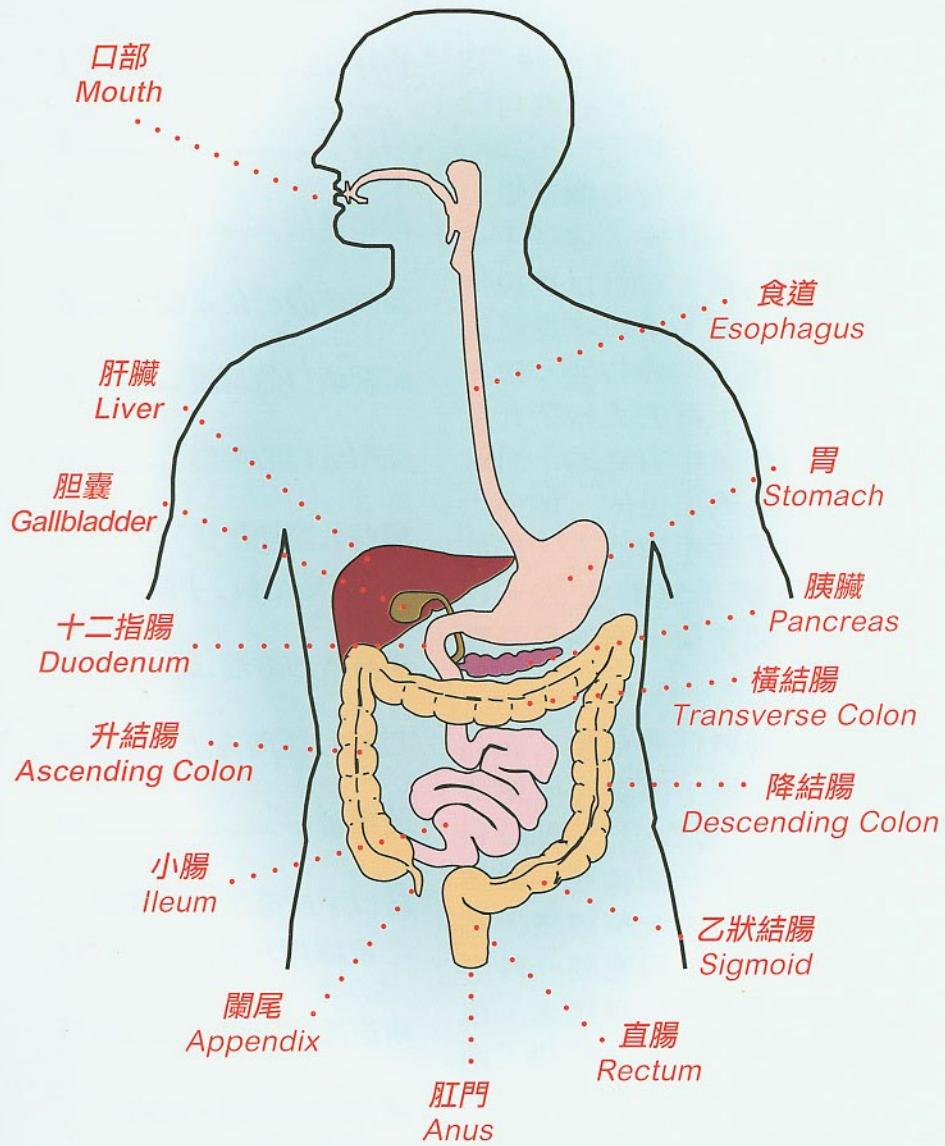
當你需要接受一個「造口」手術的時候，心裏自然會感到緊張、驚恐、不知所措，告訴您，有這種感覺，並非異常。其實，這個手術是十分重要，它可以挽救你寶貴生命的，所以它是必需的。現在，世界各地，每年都有成千上萬的人做了此手術，他們當中有老的，有嫩的，甚至剛出世的，然而大部份做了此手術的人，仍能過着健康正常的生活。何況，此類手術，有的只是暫時性的。

隨着時代的進步，產品不斷的發展、試驗；及醫療人員水準的提升，造口料理，已不是一個難題，雖然手術後會帶來一些轉變，然而這些轉變，只需要一段短時間，便可以適應過來，這本書的主旨就是提供「造口」手術的護理方法，協助你解決一些常見的問題及教導你怎樣在手術後，仍能過着正常人一般的生活。

# 目錄

自序 .....	1
引言 .....	3
消化系統 .....	4
認識你的消化系統 .....	5
結腸造口的認識 .....	5
結腸造口的種類 .....	6
哪些人需要接受 「結腸造口」手術？ ...	7
手術後的護理 .....	7
「造口」護理方法 .....	8-9
護理須知 .....	10
造口手術後常見的問題 及處理方法 .....	11-12
康復後的生活 .....	13-15
遇有造口問題，可向 何處求助？ .....	16

## 認識你的消化系統



圖一

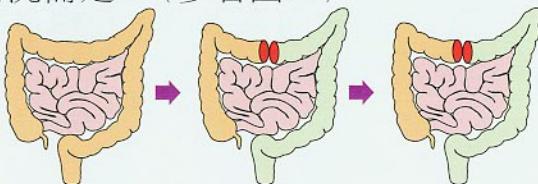
認識你的消化系統，有助你認識你的手術。首先，我們要知道我們的消化腸道只是一條空管。食物經由口部咀嚼後，會經食道進入胃部，再進入小腸。在小腸中，大部份食物的營養會被吸收。而大腸，直腸及肛門則是消化系統的末端。大腸的主要任務，就是吸收大量水份，使無用的渣滓變成半固體或固體的糞便，貯藏在直腸內，在適當的時候，便由肛門排出體外。（圖一）

## 結腸造口的認識

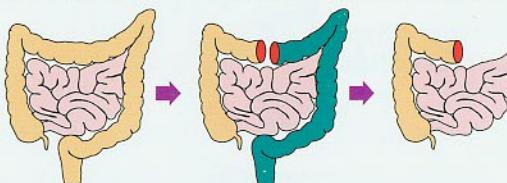
結腸造口，俗稱「假肛」，是將部份結腸或直腸切除，然後將結腸的末端，縫於腹部，形成一個新的開口。這個開口的作用是將身體內的糞便排出，以代替昔日的肛門。這個「假肛」因沒有一種特別的肌肉來控制大便的排出，故此病人是沒有排糞的感覺，也不能控制它的排出，因此，病者是需要在造口的位置貼上造口袋，以收集排泄物。

## 結腸造口的種類

1. 「升」結腸造口—少見，不詳談。
2. 橫結腸造口—此類造口的開口，可以在身體的「左邊」、「中間」或「右邊」因消化內容物只經過大腸的1/3或1/2，所以通常排泄物仍然很稀，容易刺激皮膚，因此，皮膚保護是十分重要。此類手術可以是「暫時性」或「永久性」的主要視乎個別病人的病況而定。(參看圖二)

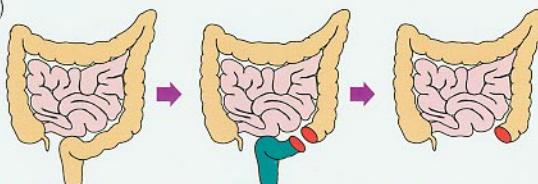


暫時性橫結腸造口 Loop Transverse Colostomy



永久性橫結腸造口 Permanent Transverse Colostomy

3. 「降」結腸或「乙狀」結腸造口：此類造口是最普遍的。造口的開口是在身體的「左邊」，當糞便到達「降」結腸或「乙狀」結腸的時候，大部份水份已被吸收，所以糞便情況與一般正常的排泄一樣，只是因沒有肌肉控制，排泄不能隨意志而控制。(圖三)



乙狀結腸造口 End Sigmoid Colostomy

## 哪些人需要接受「結腸造口」手術？

通常，需要此手術的原因是大腸(包括結腸及直腸)有病變，缺陷或受損，因而需要將部份大腸或直腸切除。

一般常見的原因，有以下幾項：

1. 大腸或直腸有腫瘤；
2. 腸部受傷或壞死；
3. 大便嚴重失禁；
4. 一些先天性缺陷(如：閉肛等)

## 手術後的護理

**初期：** 傷口及造口周圍會感到疼痛，這時病人可以要求藥物止痛。而你的造口約在手術後三、四天就開始活動。首先，結腸造口會排出氣體，繼而是水質糞便，之後是稀糞。這段時間，你需要好好地休息，而專科護理人員會仔細料理你的造口。四、五天後，你的身體便會漸漸康復，造口護士便會教導你及你的家人如何護理你的造口及如何購買造口用品。



## 護理須知

1. 清洗皮膚時，切忌用消毒藥水，因為這樣會刺激造口及令皮膚乾燥。
2. 量度造口的大小，太大或太小均不宜，最好比實際的尺碼大少許（約3mm或1/8吋），因太大則皮膚容易受排泄物刺激，引致損傷，太小則令造口緊逼，容易引致血液循環受影響。
3. 在護理過程中，要留意造口的顏色有沒有異常，造口本身的顏色是鮮紅色的，有如咀唇內部的顏色，若造口顏色轉了藍色或黑色，應立即看醫生。
4. 手術後初期，造口會呈現腫脹，但不須懼怕，通常一至二個星期便開始收縮，直至一至兩個月內，收縮便會停止。
5. 在護理過程中，有時會發現造口容易受損而滲血，這現象是十分普遍的，不用擔心，你只須用紙巾輕輕按着滲血的地方，便能止血。因為造口表面是佈滿微絲血管的，然而，若排泄物有血或血從內部滲出的，則須立刻看醫生。
6. 造口邊緣的縫線是不用拆掉的，它會自動脫離，若經過一段時間內，縫線仍未脫離，可告訴你的專科姑娘。

## 造口手術後常見的問題及處理方法

### (一) 皮膚損傷

隨着產品的不斷進步及醫護人員的悉心教導，引致造口皮膚紅損已很少見，但若仍有紅損情況出現，應先找出原因，繼而對症下藥，常見的原因，有以下幾項：

- a. 袋口過大(即造口及豬油膏空間距離太多)，引致造口周圍皮膚失卻保護，令皮膚受排泄物刺激，產生紅損，疼痛現象，所以要小心量度造口大小，並須依照專科護理人員的指示去裁剪袋口。
- b. 經常不必要地更換造口袋。通常造口袋有一半滿，才需要更換新袋，大便造口袋，每日只需更換一至兩個，若有腹瀉現象，可以短暫時間轉用引流式的造口袋連同豬油膏，這樣做，就可以避免多次更換造口袋。
- c. 對造口用品敏感。這方面可諮詢你的專科護理人員，以轉換另類用品。
- d. 有些人士在造口周圍的皮膚會長有汗毛，而又因經常撕脫豬油膏，令到汗毛脱落，引致毛囊發炎，最佳辦法是把造口周圍的汗毛剪去。
- e. 由於用鹼性強的清潔液或消毒藥水來清潔皮膚引致紅損，所以切忌用消毒藥水洗皮膚，若造口周圍皮膚很骯髒，可以用嬰兒皂液清洗之。



剪口太闊



對產品敏感

當皮膚發現有痕癢、疼痛或紅損現象，可以通知你的專科護理人員，採取適當的治療措施。

## (二)便祕

預防便祕的最好方法是多做運動，多喝水和多吃生菜蔬菜及粗纖維食物。

## (三)腹瀉

可能是因為身體對某類食物敏感，或是心情緊張，或是服食抗生素所致，預防方法是避免吃會引起腸道敏感的食物。肚痛的時間，一定要用有豬油膏的大便袋及可以暫用「開口大便袋」以便糞便排出，若嚴重腹瀉，最好儘快找醫生徹底檢查。

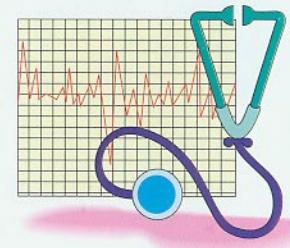
## (四)臭味及臭氣

臭味及臭氣，雖然是結腸造口常見的現象，但因現今的產品很先進，大部份的大便造口袋已附設有碳片來吸收臭味及臭氣，若你的造口袋沒有此設備，也可以貼上一塊獨立裝的碳片來吸氣味，此外，進食時，切忌太急，吞入空氣，引致大量氣體排出，並宜少吃一些引致大量氣味及氣體排出食物，如芹菜，椰菜，蕃薯，啤酒，咖喱，洋蔥及辛辣的食物等。

# 康復後的生活

## (一)定期性檢查

手術後，要定期覆診，初期大約1-2個月，漸次為六個月，甚至一年，每次覆診，最好自備多一副造口袋，以便醫生檢查後，可以換上新袋。



## (二)日常生活

### 1. 沐浴

當傷口完全癒合後，便可以沐浴，沐浴時，若戴着造口袋沐浴，則可用防水膠布貼着豬油膏的四周；或可將「豬油膏」除下，好好享受一下，水份是不會由造口進入身體內。



### 2. 服裝

基本上任何類型的服式也可穿着，只要不是箍實造口，引致造口受壓，就可以了。

### 3. 工作

通常來說，手術後，休息一段短時間，讓體力恢復，便可以回復以往的工作。但要留意一點，就是不要舉太重的東西，因為這樣容易引起疝，這方面，可與你的醫生或專科護理人員商量。

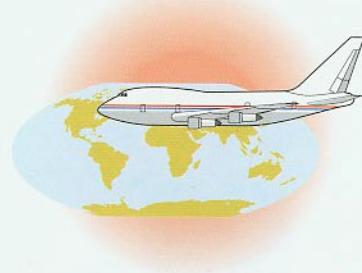


### 4. 運動

一般運動對造口不會構成影響，如游泳，跑步等，但太劇烈運動和埋身的運動則要避免，如打拳或舉重等。

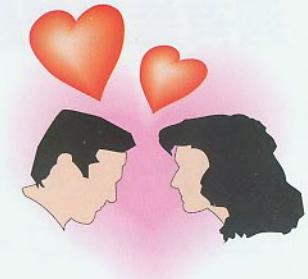
### 5. 旅遊

只須有少許計劃，你就可以享受旅遊的愉快，如：帶備充足的用品，及放在隨身行李內，以便隨時更換，注意，無論坐車、乘搭飛機或乘船也不會對造口構成任何影響。



### 6. 性生活

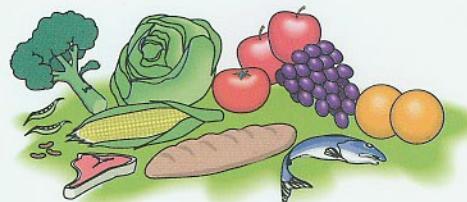
很多人以為造口會妨礙性生活，其實只要和你的性伴侶多商量，及讓時間使對方接受你的造口，互相協調，便可過正常的性生活，若在性生活方面有甚麼問題，可以直接請教你的醫生或專科護理人員。



### 7. 飲食

基本上，結腸造口是不需要戒口的，除非你有其他內科病，如糖尿、血壓高等，就要遵守醫生的指示。一般結腸造口的人，只有均衡的飲食，定時進食便可。在嘗試新食物時，最好不要一次吃太多，因若發現有不良反應，便須停止進食此類食物。切記。

- a. 多吃新鮮蔬菜及生果；
- b. 少吃難消化的食物，如髮菜、冬菇等；
- c. 少吃產生大量氣味或氣體的食物，如洋蔥、蕃薯、椰菜、芹菜、蒜、啤酒、芝士、腐乳、鹹魚、咖喱等。



## 遇有造口問題，可向何處求助？

(一)你的主診醫生或專科護理人員

(二)香港造口人協會

這是一非牟利機構。若有問題，可透過協會轉  
介給造口專科姑娘，查詢電話：2834 6096或  
71128689傳75。