



腸造口護理

一、何謂腸造口

腸造口又稱為人工肛門，主要因腸道阻塞、腸道腫瘤或外傷造成腸道損傷，而需要將排便的出口由原來的肛門改在腹部，只要學會如何照顧造口和造口周圍的皮膚，以及正確使用造口材料，您依然可以和正常人一樣，從事喜好的活動和工作。

二、腸造口手術後注意事項

- (一)手術後您必須待醫師評估指示後方可進食。
- (二)手術後於腹部造口處，將斷斷續續有排泄物排出，護理人員會提供您造口護理手冊，並教導您如何更換便袋、人工皮及造口周圍皮膚的照護。
- (三)手術後1週左右，護理人員會指導您造口自我照顧的方法。

三、出院後注意事項

- (一)正常造口應是粉紅色、濕潤，觀察造口周圍皮膚是否發紅、發黑、破皮、脫出或回縮，皮膚異常情形，應通知醫療人員。
- (二)造口保護皮一般可使用1週，但若有滲漏或病人造口周圍皮膚感覺不適時就應更換。
- (三)當內容物超過便袋的1/3~1/2時，應適時排空，每天將便袋取下以清水或肥皂清洗，可重複使用。
- (四)永久性腸造口通常訓練一段時間後會養成定時排便的習慣，若排便時間固定，可免用造口皮，每日結腸灌洗後以紗布覆蓋。
- (五)更換造口皮建議在進食前1小時或飯後4小時，更換後平躺30分鐘以利貼合。
- (六)請選擇中性肥皂，以淋浴方式來清洗身體，衣服以柔軟舒適、寬鬆為原則。
- (七)手術後3個月內，避免吃容易引起腹瀉或腹脹食物，注意均衡飲食，在嚐試新食物時，宜少量多餐。
- (八)手術後只要體力許可，您可以恢復一般性的社交活動，配合適度運動，避免提舉重物，劇烈活動，平時使用束腹帶，避免造口周圍出現疝氣情形。
- (九)性生活原則上並沒有任何影響，您可以結婚、懷孕及生產。
- (十)依醫師建議定期返診，醫護人員將樂意的提供任何醫療諮詢。

在您學會照顧造口且體力恢復後，依然可以繼續工作及從事任何自己想要的活動，並以積極樂觀的態度，追尋更好的生活品質，迎向美好的明天。



參考資料

楊逸文(2020)·腸造口·臨床醫學月刊,85(3),131-134。https://doi.org/10.6666/ClinMed.202003_85(3).0024。

Landmann, R. G., Cashman, A. L., Weiser, M., & Chen, W. (2021). Ileostomy or colostomy care and complications. *UpToDate*. Retrieved June 25, 2021, from https://www-uptodate-com.utorpa.ndmctsg.h.edu.tw/contents/ileostomy-or-colostomy-care-and-complications?search=Routine%20care%20of%20patients%20with%20an%20ileostomy%20or%20colostomy%20and%20management%20of%20ostomy%20complications&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1

護理指導評值：

◎是非題

1. () 腸造主要因腸道阻塞、腸道腫瘤或外傷造成腸道損傷，而需要將排便的出口由原來的肛門改在腹部。
2. () 永久性腸造口通常訓練一段時間後會養成定時排便的習慣。

◎選擇題

3. () 下列何者錯誤?①正常造口應是粉紅色、濕潤②造口保護皮一般可使用 1 個月③當內容物超過便袋的 1/3~1/2 時，應適時排空。
4. () 下列何者正確?①更換造口皮建議在進食前 1 小時或飯後 4 小時②便袋不須每次清洗③手術後 3 個月內可以提重物。
5. () 更換造口皮步驟，下列何者正確?①適透膜膠是塗上後即可立即黏貼②便帶上扣環與造口皮扣環對正套上即可③便袋與造口皮對扣後，需往下拉拉看是否緊密。
6. () 下列何者正確?①永久性腸造口若排便時間固定可免用造口皮，每日結腸灌洗後以紗布覆蓋②選擇中性肥皂，以淋浴方式來清洗身體③手術後 3 個月內，避免吃容易引起腹瀉或腹脹食物，注意均衡飲食，在嚐試新食物時，宜少量多餐④以上皆是

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(0) 2.(0) 3.(2) 4.(1) 5.(3) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印
大腸直腸外科

諮詢電話：(02)24633330