

人工造口照護

人工造口一般人通常稱為人工肛門，由於生活飲食習慣及其他因素的影響，患大腸直腸疾病或外傷而需要接受造口手術者日益增多，雖然造口術對身體外觀而言是一大改變，但對疾病的治療及生命的挽救是絕對值得的。

造口手術是將排泄系統的出口，由原來的肛門改在腹部，對消化功能並無很大影響，人工肛門並不是一種疾病，對健康不會有影響，只要照顧得好，仍然可以過正常生活。

一、常見造口種類

1. 左側結腸造口

當不可避免的必須切除直腸及肛門時，這時就需要做一個永久性的人工肛門來為身體的排泄物尋找另一條通道。這種人工肛門通常可以透過每天定時的灌洗來達到定期排便的目的，排出的糞便常為成形的。

2. 環狀橫結腸造口

通常為暫時性，是將橫結腸拉出腹部，以支撐棒固定，7-10 天後將支撐棒移除，在時間上大致可維持數月或數年。其目的是讓末端的腸道在手術後得以休息，並避免糞便的污染；或是當結腸阻塞時可做減壓之用。在一定的時間之後，再將外置的腸道予以接合復原，放回腹腔內。

3. 迴腸造口

為小腸造口，一般位於腹部右下方，因糞便多呈液狀，排便無規律性且多次，加上內含多量消化液，極易腐蝕造口周圍皮膚，照顧上會比較困難，須特別保護皮膚及定時更換造口袋，以維護皮膚的完整。

4. 雙管造口

有兩個開口，但不連在一起，一個開口排出糞便，另一個開口則排出腸黏液，常以此造口暫時作為分流排泄物之作用。

◎ 觀察造口

一般所看到的造口實際上是腸子的內層（即黏膜層），是紅色和濕潤的，若去碰觸、擦拭時會有輕微出血的現象，並無大礙，但如有大量出血情形或造口顏色由紅變為紫黑色時，須與醫師或造口個管師連絡討論。

當造口手術後造口會有腫脹現象，約 6-8 週會逐漸消腫，此時有可能需要更

換保護皮的規格。

二、造口產品選擇

◎造口袋選擇

種類	優點	缺點
雙片式造口袋 (Two-Piece Systems)	1. 包含兩部分：底座和便袋兩者可分開。 2. 簡單容易使用。 3. 材質較硬挺，穩定性較強，適用於腹部較柔軟、皮下脂肪較多、或皮膚皺摺多的人。 4. 外出時，可直接將換下來的便袋丟掉，增加外出的便利性。 5. 不須時常撕下底座，便袋可隨時清洗，重複使用，適用於較敏感的皮膚。	高齡或手部活動不方便的人，套上便袋的動作較困難。
單片式造口袋 (One-Piece Systems)	1. 底座和便袋一體成型，底座人工皮軟、舒適，適用於腹部平坦，皮下脂肪較少或接近骨頭突起處。 2. 黏貼簡單，適用於年紀較大、手部動作較不靈活的人。 3. 材質柔軟，穿上衣服後不易被發現。 4. 單價較低。	改變便袋的樣式，需要整套更換。

◎便袋選擇

種類	優點	適用對象
開放型便袋 (Open-Ended Pouch)	可由底部打開，將糞便引流排出，平時袋底須以夾子或橡皮筋封住。	適用糞便較於鬆散，且排出時間不固定的迴腸或右側大腸造口。
閉鎖型(封口式)便袋 (Close-Ended Pouch)	與底座相通的一個開口。	1. 適用於糞便較成型的降結腸或乙狀結腸造口。 2. 兩片式的便袋可以用過即丟，增加使用上的便利。

◎底座選擇

種類	適用對象
皮膚黏合處平坦型	適用於突起的造口
皮膚黏合處凸面型(墊高式)	適用於平坦型或凹陷型造口
固定型面板(與便袋扣合處)	面板較為堅硬，穩定性高
可動型面板(與便袋扣合處)	面板稍微可彎曲，適用於腹部動作較大時

◎各類造口便袋的更換期

造口便袋名稱	更換時間	適用對象	更換情況
附人工皮除臭封口便袋 one piece close pouch	結腸灌洗者每天更換	*結腸灌洗者	1.下列情況需更換： *便袋底部已滲漏 *傷口與造口接近已滲濕 *便袋袋子破損 *超過更換時間 *便袋收集糞便及引流功能喪失 *便袋底座反白範圍大於1 cm以上
附人工皮的人工肛門便袋 one piece colon-ileo open-end pouch	3-5 天更換一次	*迴腸造口 *結腸造口 *傷口引流管	
單片式便袋 active life one piece drainable pouch			
小兒單片式便袋 dansac solo infant one piece	1-3 天更換一次	*小兒造口 *食道癌患者 引流唾液	
雙片式適透膜環與便袋 two-piece colon-ileo open-end pouch	底環 5-7 天更換一次 便袋每天更換一次 (可重覆使用 3-5 天)	*迴腸造口 *結腸造口	
愛得富單片式尿袋 Active Life urostomy pouch	5-7 天更換一次	*泌尿造口 *傷口及引流管滲漏時	

三、更換照口袋方法

- 1. 先觀察造口：**正常的顏色應呈粉紅、濕潤狀，若有變紫黑情形代表有缺血狀況，及造口有脫出或回縮情形時，需立即請醫師處理。
- 2. 清潔皮膚：**以濕紙巾沾乾式清潔慕斯或紗布沾生理食鹽水，清潔造口周圍皮膚後擦乾，灑適透膜粉後噴保護膜保護造口周圍皮膚。
- 3. 更換造口用具：**右側及橫結腸造口的排泄物會直接由造口排出，需以便袋收集。若是左側造口可在每日固定時間執行灌洗，大多一天只會排便一次，其餘時間可用紗布或迷你(封口式)便袋覆蓋，增加舒適感及生活照顧之方便性。選擇造口用具時可按照個人的需求，選用適合的產品(單片式或二片式造口用具)，增加便利及舒適性。

四、日常生活之注意事項

1. 飲食方面:手術後 1 至 3 個星期需先進食低渣飲食，進而攝取普通飲食。
2. 臭味和脹氣:避免攝取易脹氣的食物，如豆子、洋蔥、起士、青椒、蘆筍、甘藍菜、啤酒。用吸管飲料、嚼口香糖、或勿促進食易吸入較多氣體。
3. 有嚴重的腹瀉問題時：避免食用果汁、綠豆、花椰菜、粗纖維的水果及加了許多辛香料。
4. 若有便秘的現象，則可多食用果汁及蔬菜，以軟化糞便。
5. 在工作中應避免提重物，以防造口周圍疝氣發生，如需要較劇烈的活動則以束腹帶保護。
6. 洗澡時可用便袋覆蓋造口或拿開便袋，盡量以淋浴方式來清洗身體；當底座黏著時，避免使用肥皂於造口周圍皮膚，因為肥皂有時會讓造口底座的黏著性降低。
7. 運動:一般不會影響手術前原有的活動，但是循序漸進，先緩慢及少量進行，適應後再逐漸增加強度與時間；散步、慢跑、騎腳踏車或游泳都是合適的運動，運動前記得先清空便袋。
8. 游泳時，則可用迷你便袋來覆蓋人工肛門，至於周圍的皮膚則以防水紙膠貼住即可並穿著連身式泳衣。
9. 穿著的衣服以柔軟、舒適、寬鬆為原則，不需特別製作。
10. 男性病患通常在開刀後會有暫時性的陽萎。但一般來說，在手術後三個月便可以嘗試性生活，但伴侶宜小心不要重壓或劇烈動作即可。