



了解您的造口术

结肠造口，回肠造口和泌尿造口

目录

- 第 1 页 您的造口术
- 第 2 页 了解更多:结肠造口,回肠造口和泌尿造口
 - > 在您手术之前
 - > 造口术
- 第 4 页 造口的类别
 - > 消化系统
 - > 泌尿系统
- 第 10 页 造口袋类别
 - > 一件式和两件式造口袋
 - > 结肠造口袋和回肠造口袋
 - > 泌尿造口袋
- 第 14 页 了解您的造口护理
 - > 皮肤护理
 - > 浸浴或淋浴
 - > 饮食
 - > 气味
 - > 产气
 - > 食物阻塞
 - > 便秘
 - > 腹泻
 - > 预防尿道感染
 - > 药物
 - > 灌洗
- 第 20 页 维持您的生活方式
 - > 衣着
 - > 返回工作及外出旅行
 - > 日常活动及运动
 - > 性与私人关系
- 第 22 页 日常造口护理
- 第 23 页 手术后护理
 - > 手术之后:出院指导
 - > 相关用品的供货商
 - > 联系您的造口护理护士
 - > 询问医生或造口护理护士的问题
- 第 26 页 资源
 - > 提供相关信息的团体
 - > 患者教育资源
- 第 27 页 患者教育资源
- 第 28 页 相关术语
- 第 30 页 注释

您的造口术

这本小册子可帮助您了解和护理您的造口术。请记住您并不是孤单一人，这一点很重要。每年有成千上万的人进行造口手术，对有些人来说，它可以拯救生命。造口手术也可以治疗创伤，治疗疾病或去除肿瘤。无论您进行手术的医疗原因是什么，产生疑问和担心是很自然的。

造口手术有不同的种类，这本小册子将详述最常见的造口手术—结肠造口术，回肠造口术和泌尿造口术。进行这几种手术可基于不同的原因，它们的护理方法亦有着重要的分别。

您必须知道自己进行了哪种造口，虽然它们有很多相似之处，但它们亦有着重要的不同。当您细阅这份资料时，请主要注意与您的手术有关的那些部份。

这本小册子的目的是：解答您的一些问题和解除您一些有关造口术后生活的疑虑。



这一符号表示有关个别话题的详细内容，可在我们的网址www.hollister.com上找到。

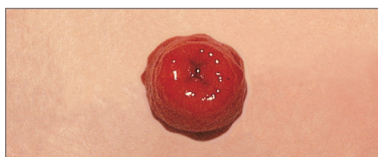
这份资料也许由您的医护人员团队交给您。它是您的医生和造口护理护士（或ET护士）给您的资料的补充部分。如果您有问题，将问题记下来，和您的医生和造口护理护士讨论。对于那些您可能不熟悉的术语，我们在这份小册子的最后部份附有相关术语的解说。

了解更多: 结肠造口, 回肠造口和泌尿造口

在您手术之前

在手术进行前有一项重要的准备工作, 就是决定造口将置于腹部的哪个位置。而造口是可以置于腹部不同位置的。

在手术之前, 您的造口护理护士和外科医生将为您决定造口的最佳位置。理想的情况下, 造口应该置于平坦的皮肤上, 而且是一个能被您轻易看见的地方, 这样您自己才能对齐提供良好护理。



造口术

造口术是一个概括的名词, 它是指一个在身体制造开口的手术, 而这个开口称为造口。它让大便(肠蠕动)或小便排出身体。这些造口的原因各有不同, 同时, 护理它们的方式也非常不同。

每个造口都是独一无二的。事实上, 您的造口将看来跟别人的都不一样。手术后, 您的造口或许会显得肿胀, 而造口或需数星期至数月的时间去缩小至一个固定的大小。

造口周围皮肤应该要像您身体其它皮肤一样健康。要保持您造口周围的皮肤健康, 您所能做的, 最重要的, 就是使用一些合身而且能很好地黏贴在既定位置的造口产品。

各种造口的共通点是什么?

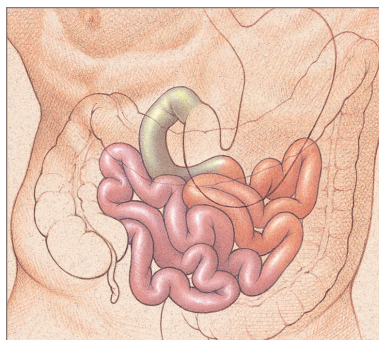
- > 造口是红色的。它们看来很像您口腔内侧的颜色。
- > 有时候它们或会有点出血，这是正常现象。
- > 通常它们有点湿，也很软。
- > 它们没有感觉，而且触摸它们是不会有痛感的。
- > 造口周围的皮肤不应该发红、破损或是受到刺激。

各种造口的不同之处是?

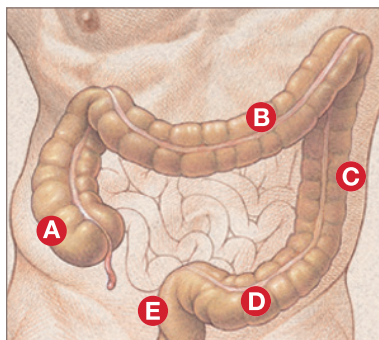
- > 它们可以是暂时的或是永久的。
- > 腹部上的造口可以超过一个。
- > 造口可以有不同形状和大小。
- > 它们或许会突出皮肤表面或略为低于皮肤。
- > 它们的成因可能各有不同。
- > 从造口排出的排泄物亦可以有不同种类。

想了解更多有关不同种类的造口，请翻看后文内容。

造口的类别



小肠



结肠各部分:

A: 升结肠

B: 横状结肠

C: 降结肠

D: 乙状结肠

E: 直肠

消化系统

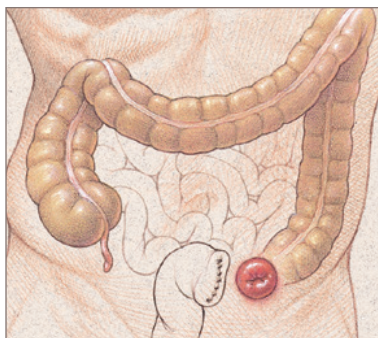
当咀嚼并吞下食物后，食物会向下经过食道进入胃部。胃酸以及名为酶的化学物质会分解食物直至成为液体混合物。这些混合物会由胃部进入到您的小肠。

小肠 - (约20英尺长) 是大部分消化过程进行的地方。维生素 (又名维他命), 矿物质, 蛋白质, 脂肪和碳水化合物都会透过小肠吸收入体内。任何没有被小肠吸收的食物会继续进入大肠成为液体废物或**大便**。

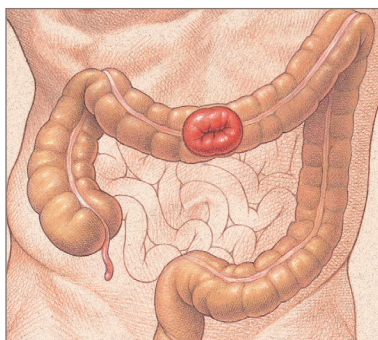
大肠 亦称为**结肠**, 它一般有五到六英尺长。结肠主要有两个功能:

1. 吸收大便中的水份
2. 储存大便直至排便

结肠分为4部分: 升结肠, 横状结肠, 降结肠和乙状结肠。随着大便在结肠内移动, 愈来愈多水份会被吸收, 直至大便如常般变成固体。当肠蠕动时, 大便 would 由结肠前进至**直肠**, 然后从**肛门**排出身体。在肛门的一组肌肉, 叫**肛门括约肌**, 它的作用是控制何时排便。



乙状结肠



横状结肠

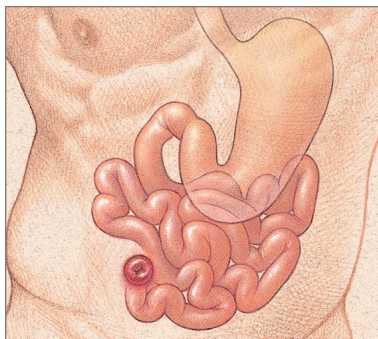
什么是结肠造口术？

结肠造口术是以外科方式通过腹部在大肠制造一个开口。它的目的是让大便无需经过受损或有病变的那段大肠。大肠造口差不多有可能建立于大肠上任何一处。它可以是暂时性的或永久性的，这取决于手术上的医疗考虑。

当您进行结肠造口术后，大便将不再由肛门排出，取而代之，大便会由结肠造口排出。为了形成一个结肠造口，您的外科医生会将部份大肠移动到腹壁外，而这一腹部新开口即为造口。

若您有一个临时性造口，它可能是绊式造口或是双腔造口。一个绊式造口可能有一个用来帮助支撑这造口的辅件，它一般使用2周后便会拆除。

由于造口并不像肛门般有括约肌控制排便，您将不能控制大便的排出。所以，您需配戴一个用后即弃的造口袋去收集大便。



进行了回肠造口术后，小肠会用于形成回肠造口，而结肠（大肠）会被切除或停用。

什么是回肠造口

回肠造口是一个以外科方式穿过腹部在回肠制造的一个开口。回肠造口的目的是让大便绕过大肠。

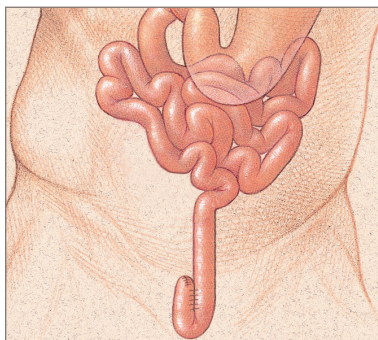
回肠造口可以是临时性或永久性的，这取决于手术医疗原因。因为某种受创或疾病——如溃疡性结肠炎或回肠末端炎——大肠可能需连同直肠和肛门一并被切除。

请牢记，结肠的主要目的是去吸收水份和储存大便，而其实即使没有了结肠，您的身体仍可发挥正常功能。

当您有了一个回肠造口，大便不会再从肛门排出。取而代之，大便会从回肠造口排出。

回肠造口并没有肛门括约肌，所以您没有控制大便排出的自主能力。取而代之，您将戴上一个用后即弃的造口袋去收集大便。

除永久性回肠造口术之外，另一个选择是一个叫“回肠囊袋肛门吻合术”或“回肠囊袋术”。去除大肠之后，小肠会被用于制造一个囊袋，这个囊袋会置于骨盆处，并与肛门相连。很多时候，在此囊袋康复过程中会需要采用一个临时性的回肠造口。

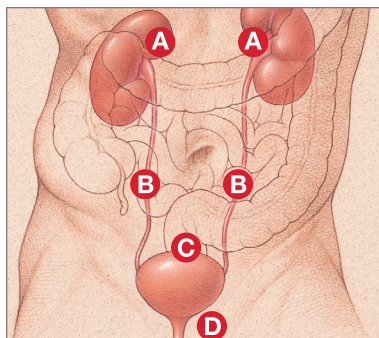


回肠囊袋肛门吻合术

来自回肠造口的大便

当手术完成后，来自回肠造口的大便一般稳定地以液体型態流出。但当小肠开始适应后，大便将变得更稠些、更类似糊状。

回肠造口排出的大便是直接来自小肠，所以它包含着消化用的消化酶。这些消化酶可以对皮肤带来很大刺激。因此，您配戴的造口必需要有一个皮肤保护膜，而这皮肤保护膜需要紧贴于您的造口周围。



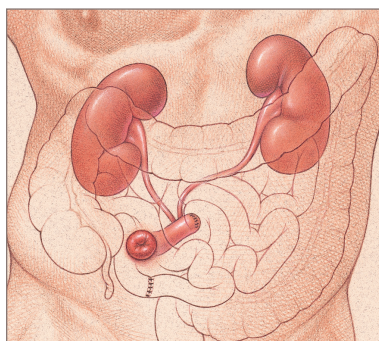
A: 肾脏
B: 输尿管

C: 膀胱
D: 尿道

泌尿系统

人类的泌尿系统始于肾脏。肾脏是两个腰豆形状的内脏，位处于背部腰线上。

尿液或液体废物自肾脏流出，经过两条成为**输尿管**的细管之后在**膀胱**汇集。尿液的流出比较稳定。一组**括约肌**让膀胱能储存尿液，直至我们方便去排空膀胱内的尿液，亦即是排出小便。当一个人排出小便时，括约肌会放松，而尿液经过一条叫**尿道**的细管排出身体。



当回肠膀胱造口做好以后，即可摘除或绕过膀胱和尿道。

什么是泌尿造口？

泌尿造口是一个以外科方式制造一开口，一般位于腹部。泌尿造口让患者即使在膀胱已经摘除后，其小便亦能排出身体。而泌尿造口也可以称为尿路分流。

当泌尿造口做好后，膀胱和尿道已经移除或绕过。

当患者需要泌尿造口时，尿液不再经尿道排出，取而代之，尿液将经造口排出。

—— 因为泌尿造口并没有括约肌，故您不能自主地控制何时排小便，取而代之，您需要配戴造口袋来收集小便。

泌尿造口的种类

您的外科医生可能从几种方法中选择一种来做泌尿造口或尿路分流，其中最常见方法称为回肠膀胱造口。

要制造一个回肠膀胱造口，外科医生会切去一小段小肠（回肠）。这小小肠将会用作一条管道或导管，好让尿液排出您的身体。外科医生会将几寸长的小肠切下制成**回肠膀胱造口**，这不会影响肠道的功能，外科医生会重新接驳肠道，而肠道会如之前一样继续它的功能。

您的外科医生会将这小小段切下的小肠一端缝合，并将输尿管接到这段小肠上。而这段小肠的另一端是保持开口的，经腹壁穿出，在您腹部上的这个新开口就是造口。

另一种尿路分流方式称为**结肠膀胱造口**。结肠膀胱造口的形成过程跟回肠膀胱造口差不多，但其中仅有一个主要区别。外科医生会采用一小段大肠（**结肠**）来形成结肠导管。

手术中您体内也许会插入两条称为输尿管**支架**的小管。它们会在手术后几星期拆走。输尿管支架经您的造口伸出，悬在造口袋内，引流小便至造口袋。它们随后会被您的医生或造口护理护士拆除。

除此之外，还有其它尿路分流方式。知道您的是那一种吗？若不知道，请咨询您的外科医生或您的造口护理护士。

自泌尿造口排出的小便

手术完成后，尿液便立即从您的造口流出。

最初，尿液或许会呈现微红色，但几天后小便将会回复正常颜色。

若您拥有回肠或结肠造口，当尿液收集在造口袋内，您会发现收集的尿液中有黏液。这些黏液是由构成造口的那一段肠道所分泌出来的。

造口袋类别

您可以选择一件式或两件式的造口袋。

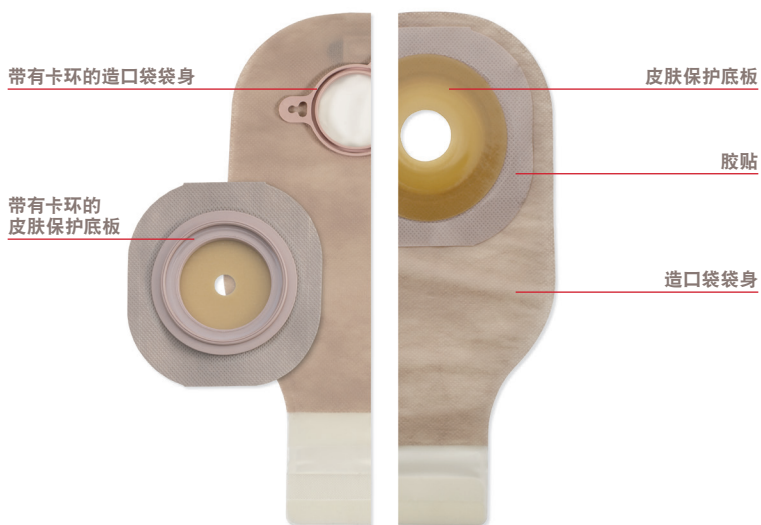
一件式造口袋

在一件式造口袋的结构中，“皮肤保护底板”已经跟“造口袋袋身”连在一起，所以一件式造口袋是很容易使用的。您只需要撕开然后贴上便可。

两件式造口袋

两件式造口袋是最通用的一种。它的“皮肤保护底板”可跟“造口袋袋身”扣上，负责连接二者的卡环看来像个塑料环。将“造口袋袋身”从“皮肤保护底板”上取下并换掉，并不困难，您可轻易地频繁更换多次。

两件式造口袋 | 一件式造口袋



造口袋的其它特征

无论一件式或两件式造口袋都包含**皮肤保护底板**。这皮肤保护底板是在造口袋的结构中具黏贴力的部分。它保护您的皮肤并黏贴在您的皮肤上。

有不同种类的造口袋附有皮肤保护底板。您需针对您的造口种类，选择一个合适的，特定的造口袋类型。当您决定以后，您可从Hollister的**造口袋中**，挑选切合您个人需要的款式。

很多造口袋都有透明和米色两种颜色选择。您亦可选择有额外柔软外层的造口袋，如Hollister ComfortWear panel，来增加您的舒适度。

若您注重产气的问题，您也许会选择有过滤碳片的造口袋，此碳片让气体从造口袋排走而不带臭味。它可尽量减少气体积聚，那么造口袋便不会像气球般胀起，这种有碳片的造口袋或会用于结肠造口上，或者有时候用于回肠造口上，但从不会用于泌尿造口上。

Hollister 提供防臭气造口袋，帮助您配戴造口袋时更有自信。

造口袋的选择包括开口袋，闭口袋及泌尿造口袋。请继续阅读以了解更多。

结肠造口袋和回肠造口袋

开口式造口袋

这最适合受于结肠和回肠造口。若您整天都经常有液体从造口排出，开口式造口袋是最好的。它们分别有黏贴式开关和胶夹式开关两种。所以要把造口袋清空是一件快捷而简单的事。

若您的造口有排气的烦恼，您可选择有碳片的袋子。碳片让气体排出而不带臭味。它可尽量减少产气。那么造口袋便不会像气球一般胀起。

闭口式造口袋

这适合于结肠造口。若您使用闭口式造口袋，您可简单而直接地将其摘下然后弃掉。这一类型最适合用于当您的造口较少排出液体，而一天内您只需要更换一至两次造口袋的情况。闭口式造口袋没有胶夹来控制开关。如要把袋内的排泄物排走，就必须将整个闭口式造口袋换掉。大部分的Hollister造口袋都附有一个碳片。



左至右
一件式开口造口袋及两件式闭口造口袋连碳片

泌尿造口袋

所有泌尿造口袋其底部都有一个引流开关，可以清空尿液。很多人发现白天时他们需清空造口袋内尿液的频率就跟他们手术前去洗手间/卫生间的次数差不多。



左至右
一件式泌尿造口袋及两件式泌尿造口袋

床边用尿液收集袋

很多人发现晚上的时候，使用床边尿液收集袋比晚上起来排空造口袋更方便。床边尿液收集袋的一条软管能连接到造口袋的引流开关上。这让您在睡觉时，排出来的尿液能流进床边尿液收集袋内。



了解您的造口护理



皮肤护理

围绕造口的一圈皮肤称为**造口周围皮肤**。造口周围皮肤不应该出现皮疹或溃疡。造口周围皮肤应该看来跟腹部上的其它皮肤一样。要保护您的皮肤健康，其中一件最重要而您能做的事是：使用贴服、能尽量减少渗漏和能贴上后不移动的造口产品。

每当您除掉您的皮肤保护底板和造口袋时，小心地目视检查您造口周围的皮肤。若您发现任何肿胀，发红或皮疹，这表示您的皮肤可能是受到刺激，受刺激的皮肤会带来疼痛，若问题持续或者变坏，请务必通知您的造口护理护士。



浸浴或淋浴

虽然有造口，您仍可以像从前一样进行浸浴或淋浴。肥皂和水将不会流入或伤害您的造口，浸浴或淋浴时，您的可选择戴着或取下您的造口袋—随您选择，决定权在您手里。

若您戴着两件式造口袋，并想洗澡时将造口袋除下的话，洗澡水或会影响皮肤保护底板的黏贴性，故洗澡后请再检查一下。

残留的肥皂有时候亦会影响皮肤保护底板或黏胶对皮肤的黏贴力，所以请选择一种不会残留的肥皂或清洁剂。



饮食

手术后初期，您或许在饮食上受到限制，当您在手术后慢慢恢复过来，除非有医生的特别指示，您应该能恢复您平常的饮食。当然每一个人的需要都是独一无二的，若您有任何有关饮食的问题，请向您的医生、造口护理护士或营养师询问。

- > **回肠造口和结肠造口：**有些食物能在您的消化系统产生气体或臭味（请参见下面）。若您介意所产生的气体和臭味，对于那些食物您可能要适量食用。
- > **泌尿造口：**对大部分的人来说，泌尿造口只会为饮食带来很小改变，但是您将需增加您饮用液体的份量，以维持您良好的肾功能并帮忙预防尿道感染，故而您应该每天喝足够的水。

气味

气味是造口患者所关注的事。现今的造口袋是由防气味的薄膜制成的。所以气味留在造口袋内。您应该在清空或更换造口袋时，才会察觉到气味。若您有任何其它时间察觉到气味，请检查造口袋的封口包边是否存在渗漏。

- > **泌尿造口：**有些食物和营养补充品可以令您的尿液有强烈的气味，另外，一些药物也可影响小便的气味。
- > **回肠造口和结肠造口：**一些食物也许会增加大便的气味，例如：西兰花、椰菜、椰菜花、蛋、鱼、蒜、洋葱、某些香料和某些营养补充剂等。

产气

- > **回肠造口和结肠造口:** 随着手术过后, 您的肠道开始蠕动, 您会发现您的造口袋内有气体, 而这些气体的多少是随情况不同而有所改变的。若您在手术前, 肠道产气(放屁)已相对较多的话, 您很可能在手术后亦面对同样问题。气体的产生可以是因为您所吃的食物, 可能是由于吞咽了空气, 喝了有汽的饮料, 吸烟, 嚼香口糖和大开嘴巴咀嚼都可增加您所吞咽的空气份量。

若您担心产气问题, 您可以选择有过滤碳片的造口袋。这碳片让气体由造口袋排出而不带臭味, 它可尽量减少气体积聚, 那么造口袋便不会像气球般胀起。

一些食物和饮料可能会增加产气, 那些食物包括: 豆类、啤酒、西兰花、椰菜、椰菜花、蛋、鱼、蒜、洋葱和某些香料等。

生活习惯小提示

- > 进食营养均衡的食物。
- > 慢慢地进食和咀嚼好您的食物。
- > 每天饮用充足的水, 果汁或其它液体(除非您饮用的份量受到限制)。
- > 逐步在每餐中加入新的食物种类, 看看您的消化系统的适应程度。
- > 在有需要而且方便时清空您的造口袋可减低渗漏的机会, 这样亦可避免造口袋太满而胀鼓鼓的。

食物阻塞

回肠造口: 假如您的回肠造口突然停止排出排泄物或者只排出水样液体, 而您同时感到腹痛, 那您有可能是遇上肠道被食物阻塞的情况。这种食物阻塞可能在高纤食物经过肠道或造口遇到困难时发生。有关的征状 (抽搐的感觉, 造口肿胀, 腹胀) 跟其它原因所造成的肠梗阻类似, 所以, 联络您的医护人员或到急诊室寻求协助, 这一点非常重要。

可能引起阻塞的食物包括高纤食物如: 芹菜、椰子、粟米、果仁、干果和爆米花等。

便秘

结肠造口: 若您有结肠造口, 有可能也会有便秘 (正如手术前您也可能有过便秘的经验)。一些药物可能会引致便秘, 例如一些止痛药和抑制胃酸的药物。其它引致便秘的原因包括餐中缺乏纤维和液体摄取不足: 有时候, 增加您所引用的液体, 服用温和的轻泻剂或进食更多纤维会有助解决问题, 请向您的医生或造口护理护士咨询。

腹泻

回肠造口：不同的原因都可以致腹泻。有回肠造口，您亦有可能会腹泻，就如同手术前一样。回肠造口排出不成形的大便是正常的，但假如您所排出的大便，变得稀如水状，而且份量明显增加的话，您便可能是有腹泻了。若您有腹泻的话，您需要摄取更多的水份去避免脱水。脱水的征状包括：口干，小便呈深色，小便减少，虚弱无力，肌肉疼痛和晕眩。这段期间，应避免进食会令大便变稀的食物和饮料。

结肠造口：不同的原因都可以致腹泻。有结肠造口，您亦有可能会有腹泻，就如同手术前一样。若您有腹泻，您可以进食某些食物去帮助令大便变稠。这段期间，应避免进食那些令大便变稀的食物和饮料。

可以帮助令大便变稠的食物和饮料包括：香蕉、芝士、花生酱（不要太稠）、面条、米饭、面包片和酸奶等。

生活习惯小提示

- > 腹泻可引起脱水，故您或需增加水分摄入量。
- > 若您平常会灌洗您的结肠造口，腹泻时需停止灌洗，待腹泻消退后，才再恢复您的灌洗日程。
- > 若腹泻持续，应通知您的医生。
- > 与白开水、果汁和汽水相比，运动饮品相对来说更能帮助预防因水份流失而引起的脱水。

预防尿道感染

泌尿造口: 有着泌尿造口的患者亦有可能患上尿道感染, 而这一感染也可进一步引发肾脏问题。一些尿道感染的预兆包括: 小便呈深色, 小便混浊, 小便带有强烈气味, 背痛(在肾脏附近), 发烧, 欠缺食欲, 作呕, 呕吐。若您察觉任何以上症状, 请联络您的医生或您的造口护理护士。

药物

在服用任何药物前, 先询问一下您的医生或药剂师。

回肠造口和结肠造口: 某些药物或营养补充剂或会改变大便的颜色、气味或质地形态。即使是无须医生处方的药物, 如减低胃酸的药物, 也可引致便秘或腹泻。抗生素或许会令大便变得比平常稀一些, 亦或会引起腹泻。

不要使用轻泻剂, 除非是您的医生所开的处方药。若您对您所服用的药有疑问, 请询问您的医生、药剂师或您的造口护理护士。

回肠造口: 当您的结肠被切除或停用时, 一些药物也许会无法完全吸收, 这些药物的例子包括: 肠溶性药物、缓释性药物、延长释放的药物或持续释放的药物。

灌洗

结肠造口: 有降结肠或乙状结肠造口的患者来, 可以选择进行造口灌洗。结肠造口灌洗的目的是让您能控制排便的时间。结肠灌洗能训练结肠每天定时排空。

造口灌洗就如同在造口上使用灌肠剂。向医护人员学习相关的医护技巧是很重要的。若您有兴趣进行造口灌洗的话, 请询问您的造口护理护士, 以了解更多信息。

维持您的生活方式



衣着

造口术后，很多人会担心在衣服遮盖下，造口袋仍能显现出来。有些患者认为他们不能穿着正常的衣服，或者认为他们必须穿着过大的衣服。其实您可以穿着一般的衣服，就像您手术前一样。现今的造口袋设计比较低调且贴身，甚至可能无人会发觉您佩戴着造口袋（除非您预先告诉他们）。

造口袋可以置于您的内衣之内或之外，视舒服而定。女士们可以穿着袜裤，只要不太紧身便可。泳衣方面，可选择一件有图案的泳衣而不是纯色的泳衣。



返回工作及出外旅行

就如经过任何一种手术之后一样，您需要时间去恢复一样。在回到工作岗位或开始一些高体力消耗的活动前，请务必得到您的医生确认。当您从手术后恢复过来，您的造口不应带给您限制，您应该有能力和回到工作岗位上或到任何一处旅行。旅行时，请随身携带您的造口用品。数量上要比您预计所需的数量多一些。若在旅行途中，需在当地额外购买造口用品，您可在世界各地某些特定的医疗用品或外科用品零售店内找到它们。

生活习惯小提示

- > 乘飞机时，将您的造口用品放在您的手提行李内。
- > 将您的造口底板预先剪裁好，那么您便不用将剪刀放在手提行李内。
- > 扣安全带时，要将安全带穿过在造口上方或置于造口下方。
- > 将您的造口用品存放在干燥凉爽的地方。
- > 预先做好计划，好让自己在旅行时知道在哪里可找到当地的造口护理护士。



日常活动及运动

若您的医生允许的话，您可回复您的一般正常活动，造口的存在不应阻碍您参与体育运动或活跃于各项活动。那些会摩擦碰撞的运动或需提举很重物品的运动除外，您应该能享受手术前一样的运动乐趣。

造口患者是可以如常游泳、滑水、滑雪、打高尔夫球、打网球、打排球、远足、驾船或缓步跑等，如同手术前一样。请注意，热力加湿度会缩短造口袋可供配戴的时间。您可能需要留意您的造口底板在不同情况下表现。

生活习惯小提示

- > 游泳前，预先清理好您的造口袋。
- > 游泳前，或许需在造口底板周边加上胶布。
- > 若您戴着造口袋到热水池或桑拿浴室，您可能需要更频繁地更换您的造口袋。



性与私人关系

因为造口手术是一个影响身体外观的手术，很多人都担心影响两性或伴侣间的亲密关系，以及他们的伴侣或爱人能否接受自己。对于那些约会中的男女，如何告知对方有关他们造口的事情，是一个重要的顾虑。

人与人之间的支持可以成为手术后康复过程中的一大动力。当然理解和沟通是最重要的。

造口手术会对伴侣双方都产生影响，而这必需双方以他们自己的方法去调适。让您的伴侣知道，性行为并不会伤害您或您的造口。若您担心自己在手术后情绪方面的调适，请务必跟您的医生或造口护理护士商谈。

若您担心有关生小孩方面的问题，相信您会乐于得知：经过顺利的康复过程之后，一位拥有造口的女士仍有可能生小孩。正如很多男士在造口手术后做了爸爸。若您有任何有关怀孕的问题，请询问您的医生或您的造口护理护士。

生活习惯小提示

- > 在进行性行为前，先将造口袋排空。
- > 性行为将不会伤害您或您的造口。
- > 您可考虑在性行为时，使用较小或闭口式的造口袋。
- > 肉色的造口袋或造口袋套可帮助隐藏造口袋内的东西。
- > 内衣亦可隐藏造口袋并让造口袋紧贴您的身体。

日常造口护理

当您的医生允许时，您可恢复一般日常活动。您将习惯您的Hollister造口袋，并建立一个切合自己生活模式的时间表。以下是一些助您成功护理造口的指导：

- > 当您的造口袋三分之一至二分之一满时，请将其排空。
- > 每隔三至七天，请更换您的造口袋底板。
- > 若您使用肥皂的话，请确保您的肥皂不含油或润肤成份，因为它们或许会影响造口袋黏贴部份的黏性。
- > 在您换上新造口袋前，用水冲洗您的皮肤，然后完全阴干皮肤。
- > 当您贴上造口底板后，按着它30-60秒，使它紧贴您的身体。微温和压力会令底板变得更黏。
- > 若您配戴两件式造口袋，尝试将您的底板倾斜摆放，成菱形，使其更贴服。
- > 您可配戴您的造口袋袋身和底板去沐浴或淋浴，或者您亦可在洗澡前将造口袋袋身和底板都脱去。
- > 若您的皮肤变得发红和疼痛，或您的造口袋总是无法与皮肤良好黏附，请务必约见您的医生或造口护理护士。

手术后护理

手术之后: 出院指导

您的造口护理护士可助您保留一份有关您手术的纪录, 并建议一些适合的造口产品, 保持您的造口健康。

造口的种类:

手术日期:

造口大小和形状:

建议的造口袋类型:

其它建议的产品:

其它建议:

相关用品的供货商

造口用品是专门供应的产品，并不是各地都有售。您可以选择邮寄，从供货商处获取，或到一间本地零售店或造口术协会购买。

有时造口用品都可使用私人保险计划、军队福利或其他资金补助计划。如果您购买了保险，请与您的保险商确认一下自己的保险水平以及是否必须由某一特别指定的供货商提供产品。

如果在寻找Hollister产品供应商方面您需要帮助，请与您的造口护理护士讨论，或通过以下方式联系我们：<https://www.hollister.com/us/contact/feedback.asp>。

若您发现有下列任何问题，请联系您的造口护理护士：

结肠或回肠造口：

- > 皮肤受到刺激
- > 造口袋袋身或底板反复的渗漏
- > 造口过度出血
- > 大便有血
- > 造口周围皮肤凸起
- > 持续腹泻
- > 带有痛楚的腹泻及/或呕吐

泌尿造口

- > 任何尿路感染征状：
 - 小便呈深色混浊
 - 小便带有强烈气味
 - 背痛（在您的肾脏的位置）
 - 呕吐
 - 发烧
 - 欠缺食欲
 - 作呕
- > 皮肤不适
- > 在您的造口附近发现尿液结晶体
- > 在造口或底板周围出现渗漏
- > 造口周围皮肤呈疣状或退色
- > 造口过度出血
- > 小便有血
- > 造口周围皮肤凸起
- > 造口看来伸长了

询问医生或造口护理护士的问题:

有关造口术后生活的其它问题:

提供相关信息的团体

您的医生和您的造口护理护士都是您很重要的资源，找您的医生进行年度体检，绝对是定期要做的事情之一。每年找您的造口护理护士进行定期评估也是一个很好的想法。如想得到更多的资料和免费产品目录，可联系Hollister Incorporated。

Hollister Incorporated

2000 Hollister Drive

Libertyville, IL 60048

+1.888.740.8999

www.hollister.com

您可以从Hollister得到更多患者教育资料, 请向您的造口护理护士咨询, 或者通过以下方式致电Hollister Incorporated。

Hollister Incorporated

2000 Hollister Drive
Libertyville, IL 60048
+1.888.740.8999

www.hollister.com

患者教育资源

所有Hollister教育资源已集中在我们网站内的“学习中心”部分。

www.hollister.com

相关术语

肛门

直肠的开口，消化道的最后一段，将废物排出来。

膀胱

膀胱是储存小便然后排出来的地方。泌尿造口手术中，它会被切除或跨过。

结肠

大肠或肠胃消化道的后段的另一个名称。

结肠膀胱术

将输尿管植入一段结肠之中，好让小便引流到结肠形成造口的一种手术。

结肠造口术

用外科手术在结肠大肠的一部份开孔来制造一个造口。

酶

消化酶将我们吃下的食物分解，成为营养的来源。

回肠膀胱术

这是泌尿造口手术中最普遍的一种。输尿管连接到一段回肠上来制造一个造口。

回肠造口术

用外科手术在回肠小肠的一部份开孔来制造一个造口。

大肠

结肠或肠胃消化道的后段另一名称。

黏液

在尿液中粘稠的液体，看似混浊的物质。在结肠膀胱造口或回肠膀胱造口所排的液体中看到是正常的。

一件式

造口底板与造口袋袋身已经连接在一起。

造口周围皮肤

围绕造口的一圈皮肤。

造口袋

收集造口排泄物的袋子。

直肠

大肠的下方末端，接着肛门。

造口底板

造口袋系统的一部份，它保护您的皮肤并让整个系统紧贴您的皮肤。

小肠

肠胃系统的一部份，从胃部率先接收食物。可分为三部份：十二指肠、空肠和回肠。

括约肌

一组肌肉，它环绕一个开口并能将此开口闭合起来。但造口并无括约肌。

造口

一种经由手术制造的开口。

大便

由肠道排出的废物。亦称为粪便。

两件式

造口底板跟造口袋袋身是分开的。要构成一个完整的造口袋系统需同时使用造口底板和造口袋袋身。

输尿管

将小便从肾脏引流到膀胱的细管。

尿路分流

一个概括的字眼，形容为泌尿系统重新建立新路径的手术。亦可称为泌尿造口。

泌尿造口

用来引流尿液的一种造口手术（外科手术制成的开口）；亦可称为尿路分流。

Hollister Ostomy. **Details Matter.**

Hollister Incorporated
2000 Hollister Drive
Libertyville, Illinois 60048
+1.888.740.8999

www.hollister.com



Hollister 及其标志以及“Attention to Detail.
Attention to Life.” 等属于 Hollister Incorporated 商标。
©200xHollister Incorporated.