# 腸造口常見合併症

國泰綜合醫院　護理部編印　著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

## 腸造口常見的問題

### 腹瀉

發生腹瀉的原因為腸胃腸道感染，或是與使用的藥物或食用的食物導致。腹瀉時應多喝水或運動飲料來補償失去的液體，暫時不要進食油炸食物、刺激辛辣食物及蔬果，有灌腸者停止灌腸。如腹瀉不止，應立即就醫，尤其迴腸（小腸）造口排泄物多為水糊便，需注意水份、電解質流失問題。

### 便祕

若糞便較硬時會感到不適和疼痛，像堅果、竹筍和蘑菇等食物，均會因消化緩慢而易引起不適和疼痛，應儘量避免攝取。平日應多食用含纖維質食物及每日約攝取 2000ml 水份，飯後多活動以促進腸蠕動。

■臭氣與脹氣

避免用吸管喝飲料、嚼口香糖、抽菸或狼吞虎嚥的進食及攝取易產生臭味與產生氣體的食物，如魚類、蛋、蘆筍、大蒜、洋蔥、大頭菜、起士、豆類等；蔓越莓汁及優酪乳則可減少臭味。可選擇附有活性碳除臭濾片的便袋。

■造口凹陷

造成腸造口凹陷原因為手術時腸造口周圍脂肪切除過多、腸造口粘膜縫線過早脫落、腸造口位置不當、肥胖者（術後體重增加），使腸造口縮陷於皮膚表層下面。外觀像一個間隙或腹部的皺紋，而腸造口粘膜部份可見、部份無法看見，可能導致滲漏，使周圍皮膚受損。可以使用墊高式用具組及腰帶，利用壓環加壓於腸造口周圍皮膚，使造口基部膨出，以利排泄物排出，但若腹壓高、血管脆弱病人不宜，就需考慮單片式造口底座。

■造口脫垂

腹部肌肉薄弱、手術時腹壁肌層開口太大、結腸太鬆弛、腹部長期用力，造成腹壓太大引起。輕度者腸管外翻 1~2 公分，嚴重者整個結腸腸管外翻脫出。平時應避免提重物，減少腹壓增加問題以預防造口脫垂。若腸造口脫出時，則先平躺放輕鬆，一般可以緩慢復原。而持續嚴重脫垂未回復，則需要至醫院求治，必要時會需要接受手術矯正。

■造口附近突起

因腸造口周圍組織的薄弱，加上腹內壓增加（如打噴嚏、咳嗽、提重物等），導致腹壁肌開口擴大或裂開，手術後最常見的合併症。一般術後需持續使用腸造口束腹帶，不可提重物；咳嗽或腹部用力時，需雙手輕按壓造口部位以減少腹部壓力所造成的疝氣。當無法改善時，需要手術矯正。

■造口周圍皮膚發紅或破損

評估底座是否剪裁過大造成滲漏或過敏等因素。尤其迴腸造口周圍皮膚問題，因為小腸液較為偏鹼性，對於皮膚侵蝕發紅問題較為常見。可以使用皮膚保護膜噴在造口周圍後，再貼上造口用具。若更嚴重可能需要人工皮或適當敷料照護。

■造口出血

正常腸造口的顏色呈暗紅色或粉紅色濕潤狀（如口腔黏膜般的顏色）。若有顏色改變時，先評估造口袋是否剪的太小使得造口血循不良，或者本身有慢性心血管疾病或糖尿病等導致血液循環不良。若造口組織顏色嚴重發黑，此時表示造口缺血，則須立即就醫。

■飲食建議

造口患者並不需要吃特製食物，除非有其他慢性疾病如糖尿病、高血壓、肝腎方面疾病等，需要依照個人的體質、疾病史及飲食習慣調整；但迴腸

造口者，因小腸無法吸收分解纖維，所以攝取纖維質時採少量漸進式增加、進食時徹底咀嚼以助消化。

■造口與生活影響

除了避免搬運重物及過度疲勞，擁有人工造口者仍可以與一般人正常工作，在術後體力尚未完全恢復前，應減輕工作量及適當休息。適當的運動休閒與外出旅行，有助於身心調適與復原，但需避免增加腹壓動作，預防脫垂，若參加活動度較大的運動，需使用造口腰帶，緩衝活動牽引力，只要事先充分的準備，淋浴與泡澡是可以被允許的，水也不會從造口逆流進去。游泳時建議更換封口型便袋，以防水紙膠貼住造口底座四周，泳衣建議以連身式為宜。

■造口與結婚、懷孕及性生活

只要保持身心的健康，親密關係不需特別改變。發生性行為前，可將腸造口袋內排泄物排空。

## ■ 總結

造口患者雖會受到身體外觀心像的改變，內心必定也是一番掙扎，但只要透過日常生活中的學習照護，也可擁有自在生活。

凹陷性造口

造口脫垂

造口周圍皮膚炎

此資料僅供參考，關於病情實際狀況因人而異，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

| | | |
|---|---|---|
| 國泰綜合醫院 | (02)27082121 | 轉 5251-5253 |
| 汐止國泰綜合醫院 | (02)26482121 | 轉 6201-6202 |
| 新竹國泰綜合醫院 | (03)5278999 | 轉 6001-6003 |

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

A5000.518.2023.06 二修