

您和您的造口

什么是造口？

造口 (Stoma) 是希腊语，表示“开口”或“口”。造口一般有三种类型：

- 结肠造口术：从大肠进行
- 回肠造口术：从小肠进行
- 尿道造口术：尿道造口术是尿流改道的一种

为什么我有造口？

您可能因为各种原因需要进行手术，您的外科医生和专科护士会向您解释。许多不同的疾病和病症可能导致需要造口，例如：

- 溃疡性结肠炎
- 克隆氏症
- 憩室病
- 大便失禁
- 癌症
- 外伤
- 家族性腺瘤性息肉病
- 辐射损害
- 先天性畸形
- 膀胱衰竭

在您的手术之前

手术前您将有一两次与您的外科医生和专科护士会诊的机会，会诊时会告知您手术的所有事宜、为您提供书面信息，且很可能会向您展示产品供您考虑。在您的术前会诊时，您将有足够的时间提出问题并讨论有关您护理的任何事宜。会诊前您可以事先列出一份待讨论事项的清单并随身携带，以防忘记您要询问的事宜。

建议让您的家人或照护者陪同您进行术前会诊，因为有许多信息要提供给您。

造口护理的护理团队将是您整个治疗过程中的关键，他们可为您和您的家人/照护者提供建议和支持。

我的造口是怎样的，感觉会是如何呢？

造口触感柔软，呈粉红色且湿润；就像您的口腔内部。造口没有感觉，所以不会疼痛。然而，它有充分的血液供应，有时会渗血，这是正常的，特别是在清洁时。您的造口最初可能会浮肿，需要几周的时间消肿。您的造口边缘周围会有细小的缝线，这些缝线可以自行溶解，或者您的造口护理护士会在您做完手术后 1-2 周内将其拆除。

在您的手术之后

手术后醒来时，您会感到疲倦。在此期间和之后的一段时间内，您可能会经历一些情绪上的波动。这种情绪波动将因人而异。

您身上可能需要装滴管和引流管，但无需惊慌 - 这是很正常的。这些都将在适当的时候移除，并且几乎不会有任何不适感。

每个造口都不同，可能需要一段时间才能开始正常工作。建议就此咨询您的造口护理护士。

护理您的皮肤

护理您的皮肤是照料您的造口的重要部分。

手术后，您的造口和周围皮肤可能会立即出现浮肿，甚至有点刺激感。这均是术后预计会发生的现象，随着时间的推移并经过细心照料后，将有所改善。

您可能会发现，鉴于您的造口大小和形状的改变，您的产品需求可能随之变化。您的造口模板将会改变，并且应该在前 8 周内至少每周检查一次，特别是可以通过孔看到大量健康的皮肤时。

您的造口周围的皮肤部位需要持续的护理和照料，以预防和减少疼痛的风险。如果您开始出现疼痛、刺激感甚至皮肤破损，请立即与您的造口护理护士联系，以获得有关治疗和替代产品需求的适当建议。

与造口和谐共处

刚出院时，您会感到疲倦，并发现日常生活的料理都会让您感到疲惫不堪，如淋浴。这是正常的，随着时间的推移会有所改善。在手术恢复期，一开始您可能会感到疼痛和不适。这是恢复期的正常部分。在此期间请避免穿紧身衣服，因为您的腹部可能会疼痛和浮肿。

在大型手术后有情绪波动是正常的，所以如果您开始出现“情绪低落”或“悲伤”，请不要担心。与家人和朋友交谈会有所帮助 - 不要觉得您需要独自应对。您的造口护理护士会为您提供支持，病患支持小组也可以提供帮助。

不要害怕寻求帮助。

一开始，更换您的造口袋速度会很慢，但通过练习以及随着自信心的建立，这将成为您正常日常生活中的一部分。