



患者及照护者教育

居家更换尿路造口袋系统

这些信息将有助于您在出院后更换一次性尿路造口袋系统。有时，尿路造口袋系统也称为尿路造口器具。

如需了解有关尿路造口和尿路造口袋系统护理的更多信息，请阅读 *About Your Urostomy* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-your-urostomy)。您还可以观看 *How to Change Your Urostomy Pouching System at Home* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-change-your-urostomy-pouching-system-home)。

更换造口袋系统

造口袋系统分为 2 个部分。贴在皮肤上的部分是底盘。容纳尿液的袋子是造口袋。

如果采用两件式造口袋系统，则底盘和造口袋可以分开。如果采用一件式造口袋系统，则底盘和造口袋相互连接。

您应大约每 3 到 4 天更换一次造口袋系统。如有发生尿液渗漏，请立即更换。建议在早上饮用任何液体之前更换造口袋系统。早上从造口排出的尿液通常较少。

您可以选择最舒适的位置更换造口袋系统。坐位或站位均可更换。大多数患者喜欢在浴室对着镜子更换。您也可以在正常淋浴时取下造口袋系统并清洁造口周围。

用品

开始前准备好所需用品。您将需要：

- 除胶喷雾（如果无法获得喷雾剂，可使用除胶垫）
- 纱布垫、纸巾或干净毛巾
- 温水
- 润滑剂（如果使用两件式造口袋系统）

- 测量导板
- 笔或记号笔
- 剪刀（如果您使用的是剪贴式底盘）
- 新造口袋系统

您还应准备好您所使用的其他用品，例如：

- 镜子（以便更好地观察动作）
- 吹风机或手持风扇
- 水胶体薄片（可选）
- 液体皮肤保护剂（可选）
- 隔离环或防护密封件（可选）
- 弹性隔离条（可选）
- 造口带（可选）

操作指南

1. 清洁双手。

- 如果使用肥皂和水，请打湿双手并涂抹肥皂。揉搓双手至少 20 秒后冲洗干净。用纸巾擦干双手。用同一块纸巾关闭水龙头。
- 如果您使用含酒精的洗手液，请确保将其涂满双手。揉搓双手，直到双手干燥。

2. 清空造口袋。

- 打开造口袋底部的袋口或出口阀。这样可以让尿液从造口袋流出。
- 请确保在马桶上方进行，以便收集尿液。您可以先在马桶里放一张卫生纸，防止尿液飞溅。
- 造口袋清空后，用卫生纸擦干净。然后盖上，这样可以避免流出更多尿液。

3. 清洁双手。请按照步骤 1 的说明进行操作。

4. 取下造口袋系统。将底盘和造口袋一起取下。

- 在底盘上喷洒除胶喷雾。

- 用一只手按住皮肤。用另一只手轻轻抬起底盘的边缘，将其从皮肤上滚动卷开。请勿直接将底盘从皮肤上拉开。造口周围的皮肤很敏感，因此动作请务必轻柔。在底盘下方喷洒更多的除胶喷雾，直到将底盘全部卷下。
 - 如果您在淋浴时拆除造口袋系统，仍然必须使用除胶喷雾。仅使用水无法让底盘从皮肤上松脱。
- 取下造口袋后，将其扔进垃圾桶。
- 用一块干燥纱布、纸巾或干净毛巾盖住造口。这样可以防止尿液渗出。如果纱布、纸巾或毛巾被尿液浸湿，请及时更换。
 - 如果在淋浴时拆卸造口袋，则无需进行该操作。尿液会顺着淋浴下水道流走。
- 很多人喜欢在取下造口袋系统后让皮肤裸露 15 至 30 分钟。这被称为皮肤休息。您可以自行决定是否要让皮肤休息。如果确实需要这样做，请使用毛巾、便携式尿壶或其他容器盖住造口。这可以接住漏出的尿液。

5. 清洁并擦干造口周围的皮肤。

- 用温水浸湿一块纱布、纸巾或干净毛巾。用纱布块轻轻清洁造口周围的皮肤。请勿使用任何肥皂。
- 擦干造口周围的皮肤。您可以使用吹风机（选择“冷风”设置）或手持风扇。或者，也可以用干纱布、纸巾或干净毛巾将皮肤拍干。
- 确保该区域完全干燥。皮肤不应该发黏。

6. 测量造口尺寸。

- 术后前 6 到 8 周内，造口会慢慢变小。在此期间，请使用测量导板来测量造口并安装底盘。每次更换造口袋系统时都要使用测量导板。造口达到恒定尺寸后，您可以开始使用预裁剪底盘。
- 如果您的造口呈圆形，请使用测量导板来测量造口。将测量导板上的孔眼与造口尺寸进行比较。选择与完全贴合造口且无缝隙的孔眼。
- 如果您的造口并非圆形，请先测量垂直面，然后再测量水平面。

7. 准备好新的造口袋。

- 将测量导板放在底盘的背面。背面是紧贴皮肤的一面。使用测量导板将底盘塑型或切割成所需的精确尺寸。某些底盘设有辅助线条。您还可以在底盘背面描出正确的尺寸。对照造口检查底盘，确保尺寸正确。

- 如果您使用的是可塑形底盘，请将底盘翻转过来，以便看到正面。正面是远离皮肤的一面。轻轻地将开口处向后滚动，然后向下压几秒钟。这样可以防止其回卷太多。
- 如果您使用的是剪裁合适的底盘，切记要从中心孔开始剪裁。
- 如果您使用两件式造口袋系统：
 - 请剪好底盘（见图 1）。用手指将粗糙的边缘抚平。
 - 在造口袋和底盘的凸缘边缘涂抹少量水或润滑剂。这将有助于将它们牢固地密封在一起。然后，将底盘和造口袋拼合在一起（见图 2）。轻拉一下，确保牢固。

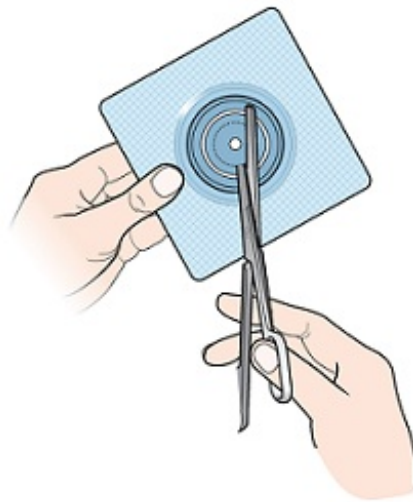


图 1. 裁剪两件式系统的底盘



图 2. 将造口袋固定在两件式系统的底盘上

- 如果您使用单件式系统，则造口袋和底盘已连接好（见图 3）。

- 开始裁剪前，请先将造口袋从底盘上拉开（见图 4）。这有助于确保您在裁剪底盘时不会剪切到造口袋本身。
- 拉开造口袋后，裁剪底盘（见图 5）。然后用手指将粗糙的边缘抚平。



图 3. 将造口袋和底盘连接到单件式系统上

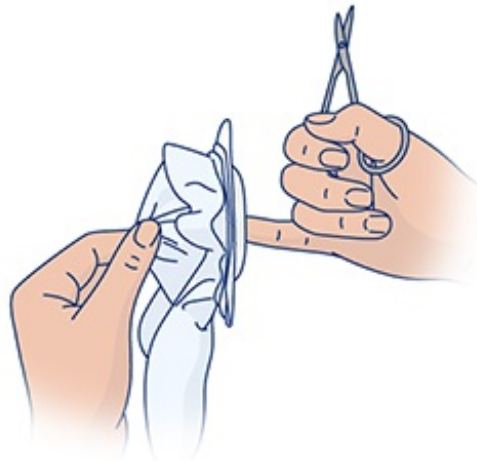


图 4. 在单件式系统中将造口袋从底盘上拉开



图 5. 裁剪单件式系统的底盘

- 检查底部的袋口或阀门，确保造口袋已关闭。
8. 准备好造口周围的皮肤。
- 如果在准备造口袋系统时有尿液从造口漏出，请清洁该区域。请按照步骤 5 的说明进行操作。
 - 如果造口周围的皮肤过敏或发红，可使用水胶体保护薄片或液体皮肤保护剂。如需了解更多信息，请阅读[如何管理尿路造口周围的皮肤刺激 \(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-manage-skin-irritation-around-your-urostomy-stoma\)](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-manage-skin-irritation-around-your-urostomy-stoma)。
 - 如果您使用隔离环或防护密封件，请从两面剥开背胶。然后，您可以用以下一种方法将其贴上：
 - 拉伸隔离环或防护密封件，使其与底盘开口大小一致。将其压在底盘背面。
 - 拉伸隔离环或防护密封件，使其与造口相匹配。将其轻轻压在皮肤上。应紧贴造口，没有任何缝隙。
9. 装上造口袋系统。
- 撕开底盘，将其贴在造口上。使用镜子可能会有所帮助。确保底盘紧贴造口底部的皮肤。
 - 将手放在底盘上。手掌的温度可帮助底盘粘粘在皮肤上。关于手的停留时长，请遵循制造商说明。通常为 5 到 10 分钟。
10. 穿戴您正在使用的任何辅助产品。

- 如果您使用弹性隔离条，请剥去隔离条的背胶。然后将其贴在底盘上，靠近中间。如果有一小部分粘在皮肤上也没关系。但应尽量避免在皮肤上粘太多，因为这会造成刺激。
- 如果您使用造口袋腰带，请将其固定在造口袋系统的拉手上。将腰带钩住造口袋系统的一侧。然后将其缠绕在腰部，再钩住另一侧。调整腰带使其贴合。

11. 清洁双手。请按照步骤 1 的说明进行操作。

造口周围的皮肤

更换造口袋系统时，请观察造口及其周围皮肤的颜色。造口应呈红色或粉红色，与口腔内部的颜色类似。如果为棕色、灰色或黑色等其他颜色，请进行拍照。

使用 MyMSK 账户将照片发送给医生。然后，在造口袋系统更换完毕后致电联系医生。按照 *Tips for Taking Pictures to Share with Your Healthcare Provider* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/tips-taking-pictures-share-your-healthcare-provider) 中的说明进行操作可能会有帮助。

造口周围的皮肤可能略呈粉红色（如果您的皮肤较白）。或者，可能呈灰褐色（如果您的皮肤较黑）。这是底盘的压力造成的，并不意味着您的皮肤受到了刺激。如果不遮盖皮肤，15 到 30 分钟后皮肤就会恢复正常颜色。

护理受刺激的皮肤

受刺激的皮肤会呈现鲜红色，而不是粉红色。您还可能会感到灼热、瘙痒或疼痛。如果您发现造口周围的皮肤受到刺激，请进行拍照。使用 MyMSK 账户将照片发送给医生。然后，在造口袋系统更换完毕后致电联系医生。您也可以按照 *如何管理尿路造口周围的皮肤刺激* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-manage-skin-irritation-around-your-urostomy-stoma) 中的说明进行操作。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Changing Your Urostomy Pouching (Bag) System at Home - Last updated on April 26, 2024
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利