

结肠癌患者的造口护理： 日常清洁与感染预防

文 / 宝鸡市中心医院 赵瑞

结肠癌是全球范围内发病率较高的癌症之一，许多患者在治疗过程中需要接受造口（或称“肠造口”）手术。造口是一种将肠道的一部分通过腹壁开放，形成一个排泄通道的手术方式，使患者能够顺畅地排泄体内废物。

对于结肠癌患者来说，这是一项重要的救命措施；但是，针对造口的日常护理也会让患者及其家属面临很多挑战，比如在造口手术后，他们很可能会对日常清洁、感染预防感到不知所措。“造口”听起来就会让人不安，“造口护理”无疑会让人觉得更加棘手；但是，科学的护理不仅可以让患者舒适度大大提升，还能有效降低感染的风险。本文将带您了解造口护理中的日常清洁方法及感染预防措施，希望能够帮助到您。

一、结肠癌患者的造口护理之日常清洁

1. 提前准备好清洁需要的物品

清洁造口前，先把需要的物品一一准备好，例如温水、柔软的无香湿巾或棉布、造口护肤膜等。这不仅能帮助保持清洁的连贯性，还能避免清洁过程中因找不到物品而来回折腾，增加发生细菌感染的风险。建议将这些清洁工具整齐地摆放在平稳的台面上，这样就可以集中精力安心护理，避免手忙脚乱！

2. 轻轻擦拭造口周围的皮肤

造口周围的皮肤非常敏感，需要轻轻擦拭。用温水沾湿棉布或无香湿巾，在造口区域轻柔地擦拭清洁，避免用力摩擦，因为皮肤很容易被摩擦损伤。清洁时，切记不要使用酒精、香皂等含刺激性成分的清洁剂，这些物质会让皮肤产生不适，甚至引发破损。温柔的清洁能为造口周围皮肤提供更好的保护，减少不适感。

3. 保持造口周围的皮肤干燥

清洁后，一定要用柔软的棉布轻轻擦干皮肤，确保皮肤完全干燥。潮湿的地方是感染的“温床”，造口区域若长时间潮湿，细菌就会“趁虚而入”，造成感染。有些患者会将吹风机设置成低温模式来加速干燥，这么做可以，但是要保持适当的距离，以免热风灼伤皮肤。保持干燥是造口护理的关键步骤，可以有效减少感染的风险。

4. 注意观察造口周围的皮肤

每次清洁时，都要注意观察造口周围的皮肤，看看有没有发红、破损或渗液等不正常的情况。如果发现异常，应及时就医或请教护理人员。皮肤的健康状态可以帮助您及时发现潜在的感染或过敏反应，这样可以迅速采取措施，让护理更省心、安心。

5. 勤更换造口袋

造口袋不能长时间不换，更换频率通常为每天1~2

次，或者按照医生的建议进行。排泄物中的细菌会在袋子里慢慢繁殖，勤更换造口袋能有效避免细菌过多堆积。平时也要注意观察造口袋的容量，不要等到排泄物接近袋子一半时才更换，否则可能导致不适或泄漏。若发现造口袋出现泄漏或异味，不要犹豫，立刻更换，减少发生感染的风险。在更换造口袋的过程中，保持耐心，轻轻撕下旧袋，再按顺序进行清洁、干燥，并确保新袋牢固贴合，以保持造口区域的舒适与清洁。

6.为皮肤造一层“屏障”

造口周围的皮肤需要额外的保护，以减少空气和排泄物带来的刺激。每次清洁后，可在造口周围涂抹一层造口护肤膜，形成一层轻薄的保护膜，既能保持皮肤湿润，又能减少刺激，让皮肤更加健康。需要注意的是，保护膜不必涂得太厚，薄薄的一层就足够，轻薄透气，可以为皮肤提供更好的呵护。

二、结肠癌患者的造口护理之感染预防

1.定期清洁、更换护理用品

造口护理时需要的各类工具和用品应该定期清洁或更换。当次护理完成后，将剪刀、护理膜、清洁棉等用品放在清洁干燥的地方，避免潮湿环境滋生细菌；造口护肤膜、无香湿巾等一次性用品，护理完成后应即刻丢弃，勿重复使用。保持护理用品的清洁和新鲜，可以为造口提供更高的卫生保障。

2.避免辛辣、油腻的食物

食物会直接影响排泄物的气味、酸碱性和浓稠度，从而影响造口的环境。建议避免过于辛辣、油腻的食物，因为这些食物可能会刺激消化道，引发腹泻或排泄物过酸，增加造口周围皮肤的负担，甚至可能导致感染。多吃蔬菜、水果和高纤维食品，可以帮助维持造口周围的健康环境。

3.护理时保持空气流通

在进行护理时，尽量选择通风良好的地方，以便让造口周围的皮肤透气。密闭的环境容易导致潮湿和细菌滋生，而空气流通可以帮助减少潮湿，有效降低感染的风险。偶尔让造口周围的皮肤“透透气”，就能让皮肤也“呼吸”新鲜空气，保持健康状态。

4.保持适量的运动

适量运动可以增强身体的免疫力，帮助对抗感染。



结肠癌患者可以根据自身情况，选择一些简单的运动，如散步、瑜伽等，有助于增强体力，促进血液循环，从而提升抵抗力。抵抗力高了，免疫系统就强大了，感染自然也就没那么容易找上门啦！

5.早期识别异常信号

造口感染的早期信号包括红肿、发热、渗液或有异味等，所以，平时应该多留意造口周围的情况，一旦发现不对劲，应该及时处理，避免小问题变成大麻烦，必要时寻求医生的帮助。学会识别异常信号，能够帮助患者更从容地应对突发情况。

总而言之，结肠癌患者的造口护理主要包括日常清洁和感染预防这两堂“必修课”！每天做好清洁工作，确保造口和周围皮肤干爽健康，细菌自然无处可藏；再搭配妥善的预防措施，比如定期更换用品、避免刺激性食物、保持适量运动，感染也必然无从下手。这些看似简单的护理步骤，却是守护健康的“秘密武器”。最后，希望这篇文章能帮助到您！[阅读原文](#)