Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

回肠造口或结肠造口的术后护理

本信息将帮助您进行回肠造口或结肠造口的术后护理。

造口是指通过手术形成的开口。 在此类手术中，医生会将一段肠子拉到患者腹部外侧，以便粪便（大便）和气体能够排出身体。 位于身体外的肠道部分称为造口。 造口的外观与口腔内部类似，呈红色，且看起来很湿润。 术后，造口即会肿胀，但 6 至 8 周后就会缩小。 您通常不会感到造口疼痛或受压。 造口没有神经末梢，感觉不到冷热。

对大多数人来说，造口是一个很大的改变。 我们在造口患者的帮助下编写了本资源。 希望它有助于预防相关问题，并为您提供一些建议，让您的日常生活更加轻松。 您的伤口、造口、失禁 (WOC) 护士将与您一起了解本资源中的大部分信息。

造口术类型

所造开口可以连接小肠或结肠（大肠）。 如果开口连接小肠，则称为回肠造口术。 如果开口连接结肠，则称为结肠造口术。

造口排出粪便的粘稠度将取决于造口所用的肠道部分。 您排出的粪便可能呈液体，也可能是软便或硬便。

最常见的造口术类型有：

回肠造口术

- 所造开口连接小肠的回肠部分。
- 排稀便、糊状便或水样便。
- 造口通常位于腹部右下侧。

升结肠造口术

- 所造开口连接升结肠。

- 排稀便、糊状便或水样便。
- 造口通常位于腹部右侧。

降结肠造口术

- 所造开口连接降结肠。
- 通常排软便。
- 造口通常位于腹部左侧。

乙状结肠造口术

- 所造开口连接结肠的最后一段。
- 排软便或硬便。
- 造口通常位于腹部左侧。

袢式造口术

- 所造开口连接小肠或结肠的任意部分。
- 该造口术会做 2 个开口，而非 1 个。 很多时候，只能看到 1 个开口。 这种造口通常是暂时性的。

有些手术会在腹部做第二个开口，即粘液引流造口。 该造口排出剩余的粪便（大便）或粘液状液体并通向直肠。 如果您有粘液引流造口，您的 WOC 护士会教您如何在住院期间进行相关护理。 通常，粘液引流造口上会放置小型引流袋或敷料。 引流袋一天可能需要清空多次。 引流液减少后，粘液引流造口可以用纱布和胶带、创可贴或特殊的粘液引流造口绷带包覆。

学习护理造口

您的 WOC 护士和护理人员将在您住院期间教您如何护理造口。 出院时，您将获得护理造口所需的基本用品。 在您的术后预约期间，WOC 护士将重新评估您的造口用品，并告诉您该如何订购。 本资源末尾列出了一系列医疗供应商。

在您出院后，您在医院的病例管理员还将安排一位访视护士到您家进行访视。 访视护士将强调有关如何护理造口和适应回家生活的信息。 如果您回家后有任何疑问或问题，请

致电您的医疗保健提供者联系您的 WOC 护士。

造口袋系统

手术后，您将在造口处佩戴一个造口袋系统。 所有造口袋系统都防水防臭。 造口袋系统由底盘和造口袋组成， 有多种尺寸和样式可供选择。 造口袋系统主要分为一件式系统和两件式系统，前者的造口袋固定在底盘上，后者的造口袋可从底盘上取下。 对于这两类造口袋系统，造口袋通过底盘与腹部相连，并安装在造口四周，以收集粪便和气体。 底盘可避免渗漏的粪便污染造口周围的皮肤。

您的 WOC 护士将帮助您找到最适合您造口的造口袋系统。 随着造口大小的变化，您可能需要更换造口袋系统。

有些人发现，购买合适的防水床垫套或防水薄褥垫放在床垫和床单上对于术后家中护理很有帮助。 这样可以防止造口袋在夜间意外渗漏到床上。

清空造口袋

当造口袋中的内容物达到容量的 ⅓ 至 ½ 时，将其清空。 造口袋不应太满。 造口袋装满后将更难清空并可能会导致渗漏。 您的 WOC 护士和护理人员会教您如何清空造口袋。

造口袋底部的液体粪便很容易清空。 糊状便或稠便可能不容易落到造口袋底部。 您可以将粪便从造口袋中挤出或加水将其稀释，然后倒入马桶中。 清空造口袋时，请勿将造口袋中的所有空气挤出，因为这会导致造口袋两侧粘在一起，减慢粪便落至底部的速度。 润滑剂有助于防止这种情况发生。 如果您的大便较稠，这一问题将更加严重。 如果您的大便较稀，可以在造口袋中使用增稠产品来帮助增稠。 您的 WOC 护士将帮助您确定您应使用哪种产品。

更换造口袋系统

您的 WOC 护士将教您如何更换造口袋系统。 通常，您应每 3 到 5 天更换一次造口袋系统。 如有渗漏，请立即更换。 这是为了避免渗漏的粪便刺激造口周围的皮肤。 如果连续几天发生渗漏或感到刺激，请致电您的医疗保健提供者办公室联系您的 WOC 护士。

生活方式问题

身体形象与抑郁

人们得知自己患有癌症后，往往会以不同的方式看待自己的身体。 手术、化疗和放射治疗可能会改变身体的外观和运作方式。 对于刚接受造口术的患者来说尤其如此。 有些人

觉得恶心。 这种情绪是正常的，因为在许多文化中谈论排便会令人感到羞耻。 有些人对自己身体的损失或变化感到悲伤。 他们对于自己的造口怀有消极的想法和感受。 然而，还有一些人以更为积极的态度看待自己的造口，并将其视为相关症状的治疗方案（例如大便失禁（难以控制排便））或促进健康的途径。 您可能同时怀有积极和消极的感受。 当您适应带着造口生活并习惯它的外观和运作方式时，您会对自己的身体感觉更好。 进行以下事项可能会有助于您更好地应对您的造口：

- 观察您的造口以帮助您适应。
- 提醒自己造口的积极影响。
- 与其他造口患者交谈。 您也许可以了解新的造口术技术，这可能会帮助您恢复正常的感觉。
- 获得咨询以帮助您改善身体形象、感受和生活质量。 Memorial Sloan Kettering (MSK) 的社工和咨询中心可以提供相关咨询。 联系社会工作部门请致电 212-639-7020，联系咨询中心请致电 646-888-0200。

营养

您的医疗保健提供者将为您提供术后需遵循的饮食指南。 住院期间，您还将与营养师会面以查看这些指南。

如果您接受了回肠造口术，建议指南如下：

- 保持水分充足
  - 每天至少饮用 8 到 10 杯（8 盎司）液体。
  - 限制咖啡因和酒精摄入量， 它们会使您脱水。
  - 限制食用高纤维和高单糖（如葡萄糖、蔗糖、果糖）食物，因为它们会使您脱水。
- 如果出现腹痛或脱水症状，请联系您的医疗保健提供者。 这些症状包括：
  - 容易口渴
  - 口干
  - 食欲不振
  - 虚弱无力

- 尿量减少
- 尿液呈深琥珀色
- 肌肉、腹部或腿部抽筋
- 感觉眩晕
- 排便次数多于平时或粘稠度发生变化
- 造口袋清空频率增加

- 手术前就会让您胃部不适的食物在手术后食用可能会产生同样的效果。 如果您在食用某种食物后会感到腹胀和疼痛，请将其从您的饮食中去除。 几周后再尝试食用。 如果几周后食用这种食物仍然会感到疼痛和腹胀，请避免食用。
- 一些造口患者选择通过调节饮食来限制身体产生气体。 以下饮食会增加胀气：
  - 卷心菜和西兰花等食物
  - 碳酸饮料
  - 通过吸管饮水
  - 口香糖
- 如果您尝试限制气体但仍存在相关问题，请与您的 WOC 护士讨论。 他们可能会建议您使用带有活性炭过滤器的造口袋。 此类过滤器有助于防止气体积聚，避免造口袋膨胀。
  - 请勿刺破造口袋以释放积聚的气体，因为这会破坏造口袋的防臭系统。
  - 请勿用水擦洗造口袋。 这将使过滤器失效。
  - 如果制造商建议这样做，请确保在淋浴或泡澡时用提供的防水贴纸包覆过滤器。
- 如果您出现便秘（排便次数少于正常情况）：
  - 饮用更多液体。
  - 食用高纤维食物，如水果、蔬菜和麸皮。
  - 四处走动。
  - 请联系您的医疗保健提供者办公室，讨论选择何种大便软化剂。

如果您接受了回肠造口术，请勿服用任何类型的泻药。 服用泻药会导致严重的脱水和其他问题。

药物

如果您接受了回肠造口术，您的身体可能无法完全吸收某些药物。 发生这种情况是因为您的肠道缩短了，某些药物只能缓慢吸收或在肠道下部吸收。 以下类型的药物最常发生这种情况：

- 肠溶包衣药丸（肠溶包衣是一种特殊的包衣，可防止药丸在到达小肠之前被吸收）
- 缓释药物（旨在于较长时间内在体内缓慢释放药物）

如果您正在服用这些类型的药物，请咨询您的医疗保健提供者。 如在您的造口袋中看到未吸收的药片，请致电您的医疗保健提供者。

除非您的医疗保健提供者或药剂师说您可以这样做，否则请勿压碎药丸。 服用压碎的药丸会改变药物吸收，并可能导致消化问题。

运动

您可以向您的医疗保健提供者咨询适合您的运动。 对于大多数人来说，术后恢复期间很适合进行步行和轻度伸展运动。 手术后 6 到 8 周内，您应避免抬起或推动任何重量超过 10 磅的物品。 包括吸尘或修剪草坪等家务。 如果这对您来说存在问题，请咨询您的医疗保健提供者。

手术后 2 到 3 个月内请勿做仰卧起坐、俯卧撑或任何剧烈运动。 这将有助于防止在切口处或造口周围引发疝气（器官或组织鼓起）。 在术前访视期间和术后与您的 WOC 护士交谈，以了解有关如何预防造口周围疝气的更多信息。

气味控制

造口袋系统具有防臭功能。 除非底盘下方有粪便渗漏，否则连接造口袋系统时应没有气味。 但是，如果存在气味问题，您可以将除臭剂放入造口袋中以帮助控制。 除臭剂包括滴剂、活性炭片或润滑凝胶等。 您可能需要尝试找到最适合您的除臭剂。 您还可以口服除臭剂以减少粪便的气味。 使用任何这些除臭剂之前，请咨询您的医疗保健提供者。

许多造口袋都内置有活性炭过滤器。 这样可以在排出气体的同时对其进行过滤以防止异味。 还有一些过滤器可单独购买并连接到造口袋上，或者您可以在每个造口袋上安装一个小型塑料排气口。 通过该排气口，可在不打开造口袋的情况下释放气体。

有些人认为在睡前清空造口袋很有帮助。 这样做是因为气体可能会在夜间继续积聚然后充满造口袋。

性行为

性行为是人际关系和生活的组成部分。 刚接受完造口术的患者通常会存在性行为方面的不安或担忧。 大多数刚接受完造口术的人对自己身体的感觉都会发生变化，并对性生活产生担忧。 与您的医疗保健提供者讨论您可能遇到的困难或恐惧。

性生活

与您的医疗保健提供者讨论何时可以安全恢复性生活。 通常是在切口愈合后，即手术后约 2 个月。 只要不对造口施加过大压力，就不会对其造成伤害。 请勿将您的造口用于性用途。

对很多人来说，恢复正常性生活是一件自然而然的事情。 当您的担忧减少并对身体的感觉变得更加积极时，自然会恢复正常性生活。 尽量与您的伴侣保持亲密关系。 待其以体贴的话语、深情的触摸和拥抱。

检查您的造口装系统是否合适，是否有异味。 有些人倾向于在性生活期间用布带或绑带、衬衫或内衣盖住自己的造口袋系统。 您可以从许多造口用品公司购买现成的覆盖物。

您还可以在不太可能排便的时候安排性生活。 一些永久性结肠造口患者会进行灌肠（对造口使用灌肠剂）以尝试控制排便。 有关灌肠的更多信息，请参阅标题为“关于造口护理的常见问题”的部分。

如果手术或放射治疗导致的变化使您难以发生性行为，请与您的医疗保健提供者讨论。 例如勃起功能障碍（难以勃起或维持勃起）或阴道干燥、疼痛或紧绷。 如果这些问题没有好转，您可以咨询性健康专家。 MSK 提供性健康项目，可帮助患者解决疾病和治疗对其性行为的影响。 您可以通过下方列出的电话号码联系我们的性健康项目，或让您的医疗保健提供者办公室安排转诊。

女性性医学和女性健康项目：646-888-5076

男性性医学与生殖医学项目：646-888-6024

美国联合造口协会（www.ostomy.org 或 800-826-0826）提供有关造口患者性行为的信息。

其他优质信息来源为美国癌症协会发布的以下资源。 您可以致电 800-ACS-2345 (800-227-2345) 或访问以下链接获取这些资源。

- *《性与成年男性癌症患者》*：www.cancer.org/cancer/managing-cancer/side-effects/fertility-and-sexual-side-effects/sexuality-for-men-with-cancer.html
- *《性与成年女性癌症患者》*：www.cancer.org/cancer/managing-cancer/side-effects/fertility-and-sexual-side-effects/sexuality-for-women-with-cancer.html

淋浴、泡澡和游泳

无论造口袋系统处于开启或是关闭状态，您都可以进行淋浴。 但是，如果您有回肠造口，淋浴时最好保持造口袋开启，因为淋浴时可能会流出粪便。 您还可以在底盘边缘周围粘贴防水胶带以防止打湿。

泡澡或游泳时，请保持造口袋系统处于开启状态。 对于大多数人，手术前穿的泳衣手术后仍然可以穿。 但是，可能无法穿高叉泳衣或两件式泳衣。

工作

当您做好准备并且您的医疗保健提供者批准之后即可重返工作。 除非您告知，否则人们不会知道您接受了造口术。 人们不太可能看见您的造口袋系统。 大部分手术前穿的衣服手术后可能仍然能穿。

出行

随身携带额外的造口袋系统，即使只是短途旅行或前往医疗保健提供者处赴约。 如果您要离家几个小时，考虑您要去的地方，做好心理准备。 有些人会在前几次旅行时感到焦虑。 如果您感到焦虑，可通过提前思考来减轻压力。 首先，想想浴室的位置以及您可能需要的物品。 随后，准备好您计划随身携带的用品。 每种物品准备 2 件放在旅行包里。 如此一来，如果您遇到紧急情况或离家时间长于预期，您也能够准备周全。 请记得带上以下物品：

- 造口袋
- 底盘
- 夹子（如果您的造口袋系统需用夹子封口）
- 纸巾

当您乘飞机旅行时：

- 将您的造口用品装在至少 2 个地方，例如您的随身行李和托运行李中。

- 带上额外的造口用品，以防您被困在可能没有造口用品的地方。
- 您可能需要携带您的医疗保健提供者提供的函件，说明您需要造口用品，以及如要接受美国运输安全管理局 (TSA) 探员的进一步安检，需在私密区域完成。
- 如果您要去国外旅行，造口术信息最好以目的地国家的语言进行说明。 国际造口协会 70 个成员协会中的任一家可能能够帮助翻译，以及在您到访其所在国家时帮您寻找造口用品。 如需更多信息，请访问 www.ostomyinternational.org。
- 您可能需要携带产品目录页的复印件，向 TSA 探员展示和说明您的设备。
- 美国联合造口协会网站 (www.ostomy.org/traveling-with-an-ostomy) 提供可打印与使用的信息和有用的“旅行建议”。

如果出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 呕吐
- 有结肠造口，已 3 天未排便
- 有回肠造口，已 3 到 6 小时未排便
- 出现腹痛或脱水症状（更常见于回肠造口患者），包括：
  - 容易口渴
  - 口干
  - 食欲不振
  - 虚弱无力
  - 尿量减少
  - 尿液呈深琥珀色
  - 肌肉、腹部或腿部抽筋
  - 感觉眩晕
  - 排便次数多于平时或粘稠度发生变化
  - 造口袋清空频率增加

关于造口护理的常见问题

什么是灌肠，我可以进行灌肠吗？

结肠造口灌肠有助于控制排便时间。 这意味着您在两次灌肠之间不会排出任何粪便。 灌肠还可以减少身体产生的气体。 对造口进行灌肠需在造口上戴上造口盖，而非造口袋系统。 灌肠需每天或隔天进行一次。 乙状结肠造口患者可能可以进行灌肠。 大多数接受过腹部会阴切除术的患者都接受了乙状结肠造口术。 **回肠造口患者不得进行灌肠，否则会导致脱水。**

在以下情况下，您也不能进行灌肠：

- 有造口疝（造口周围鼓起）。
- 正在接受化疗。
- 正在接受放射治疗。

有关灌肠的更多信息，请咨询您的医疗保健提供者或 WOC 护士。

我的造口应该是什么颜色？

您的造口应始终为深粉色或红色。 造口将粪便排出体外时，您可能会注意到它的颜色略有变化。 此变化应只持续不到一分钟。 如果您的造口看起来呈深红色、灰色、棕色或黑色，请立即致电您的医疗保健提供者。

触碰或更换造口袋系统时造口出血是正常现象吗？

造口有很多血管，因此触碰或灌肠时可能会容易出血。 清洁造口时，该组织上通常会有少量血液。 出血应在几分钟内自行停止。 如果您正在服用血液稀释剂或阿司匹林，您可能会更容易出血且止血时间更长。 如果您大量出血或 5 到 10 分钟后出血仍未停止，请按压该区域并致电您的医疗保健提供者。 如果您发现粪便带血或血液从造口内部流出，请立即致电您的医疗保健提供者。

我的造口周围区域似乎是鼓起的。 这是正常现象吗？

如果您造口周围的曲线发生变化，请告知您的医疗保健提供者或 WOC 护士。 您可能会罹患造口疝（造口旁疝）。 发生这种情况是因为腹壁肌肉较为薄弱，肠子通过薄弱点凸出。 您的医疗保健提供者或 WOC 护士会检查您是否罹患造口疝。

造口疝患者最初不会感到任何症状。 除非您有并发症，例如肠阻塞或氙块绞窄，否则不需要手术。

如果您出现以下任何症状，请致电您的医疗保健提供者：

- 恶心
- 呕吐
- 疼痛
- 腹胀，造口袋内没有气体和粪便

如果您患有造口疝，您的 WOC 护士可为您定制疝块支撑带。 该支撑带不能治愈疝气，但可以通过施加支撑力来防止疝块变大。 在造口袋处剪出一个洞的轻便型束腰内裤或自行车短裤也可以作为定制疝块支撑带的替代品。

如何在造口上系腰带？

尝试将腰带系在造口上方或下方。 如果将腰带直接系在造口上，可能会导致：

- 刺激
- 出血
- 组织过度生长

佩戴腰带时，请将造口袋向下或向侧边放置。 您也可以根据自己的喜好将其折叠。

如果我的底盘下面有大便渗漏，我该怎么办？

如果出现渗漏，请告知您的 WOC 护士。 您可能需要使用另一种更适合您的造口装系统以避免这个问题。

我需要为检测做什么准备吗，例如使用造影剂进行扫描？

前往医疗保健提供者处进行检测时，请务必携带一套额外的造口用品，因为您可能需要除下造口袋系统。

如果您的住所距离医院 1 小时以上路程，请准备好在回家途中更换或清空造口袋。 造影剂可能会在 1 或 2 小时内排入您的造口袋，也可能需要更长时间。

更换造口袋系统时需要佩戴手套吗？

这是个人选择。 更换造口袋系统没有感染风险。 不过，一些人倾向于佩戴手套，因为更换造口袋时一些粪便可能会沾到手指上。

如果接受回肠造口术后粪便或粘液仍通过直肠排出，这是正常现象吗?

根据您接受的手术类型，剩余的粪便或粘液可能会从直肠排出。 排出量应随时间减少，但佩戴垫子并在肛门周围涂抹锌软膏产品（如 Desitin®）以防止刺激可能会有所帮助。

如果我住院了，应该怎么办?

如要住院，您可能需要携带 1 或 2 套额外的造口用品，以防医院储备的是另一种产品或您使用的产品已用完。

视频资源

如需了解如何更换造口器具，请观看*How to Change Your Ostomy Appliance* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-change-your-ostomy-appliance)。

如需学习如何清空魔术贴封口造口袋，请观看*How to Empty Your Velcro End Closure Pouch* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-empty-your-velcro-end-closure-pouch)。

如需了解如何护理造口周围受刺激的皮肤，请观看*How To Care for Irritated Skin Around Your Stoma* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-care-irritated-skin-around-your-stoma)。

支持小组

您可能会发现加入我们为不同类型造口患者提供的造口支持小组很有帮助。 这是一个实时、私密的在线支持小组，人们可以在其中分享经验并为彼此提供实际和情感支持。 小组讨论由社工和护士引导。 该小组对所有人开放，包括非 MSK 患者。 小组活动于每个月的第 3 个星期四下午 4:00 到 5:00 举行。如要了解更多信息或注册，请访问 www.mskcc.org/event/ostomy-support-group-01。

您可在美国联合造口协会 (UOAA) 的网站上搜索 UOAA 附属的在线和面对面造口患者支持小组。 要查找小组，请访问 www.ostomy.org/supportgroups.html。

当地医院也可能会提供造口支持小组。

订购所需用品

与您的 WOC 护士就订购造口用品进行讨论。 他们熟悉市面上最新的产品。 您也可以致电相关公司索要产品样品。

邮购医疗用品公司

下面列出了一些邮购医疗用品公司。 大多数造口用品公司接受 Medicare 和其他类型的保险。 您可以直接致电相关公司询问其是否接受您的保险。 如果不接受，请致电您的保险公司以获取接受您保险的供应商名单。 这些公司会在每个月将造口用品邮寄给您。 在您与相关公司联系以获取造口用品后，他们将与您的医疗保健提供者办公室合作以进行造口用品订购。 造口用品公司熟悉保险公司的承保范围，可告知您您保险公司承保的用品量，以及您是否需支付共付额。

Byram Healthcare
877-902-9726
www.byramhealthcare.com

CCS Medical
800-260-8193
www.ccsmed.com

Edgepark Medical Supplies
800-321-0591
www.edgepark.com

您还可以在当地药店和医疗用品商店购买造口用品。 但是，由于用品量较少或不接受您的保险，其价格可能会更高。

造口产品制造商

下面列出了一系列制造造口产品的公司，所述造口产品包括底盘、造口袋和其他造口配件（例如防漏膏、护肤粉和防漏贴环）。 其中许多公司还会安排一名 WOC 护士来回答您的问题。 您可随时致电这些公司索要产品样品。

Coloplast
800-533-0464
www.coloplast.us

ConvaTec
800-422-8811
www.convatec.com

Cymed
800-582-0707
www.cymed-ostomy.com

Hollister, Inc.
888-808-7456
www.hollister.com

Marlen
216-292-7060
www.marlenmfg.com

Nu-Hope Laboratories, Inc.
800-899-5017
www.nu-hope.com

MSK 支持服务

癌症治疗后的生活资源 (RLAC) 项目
646-888-8106
在 MSK，我们会在治疗结束后持续为您提供医疗照护。 RLAC 项目专为已经完成治疗的患者及其家属设计。 该项目提供许多服务，包括研讨会、讲习班、支持小组、治疗后生活咨询以及有关保险和就业问题的帮助。

社会工作部
212-639-7020
社工帮助患者及其家人和朋友处理癌症患者所常见的事务。 他们会在整个治疗过程中提供个人咨询和支持小组帮助，还能够帮助您与儿童和其他家庭成员进行沟通。 如果您符合条件，我们的社工还可以将您转诊至合适的社区机构和项目，帮您介绍一些财政资源。

性健康项目
女性性医学和女性健康项目：646-888-5076
男性性医学与生殖医学项目：646-888-6024

MSK 性健康项目帮助人们解决疾病和治疗对其性健康的影响。 您可以在治疗之前、治疗期间或治疗之后与专家会面。

资源

书籍

《100 Questions & Answers about Colorectal Cancer》
作者：David Bub、Susannah L. Rose 和 W. Douglas Wong
出版：Jones and Bartlett Publishers（马萨诸塞州波士顿市）；2003 年

《The Ostomy Book: Living Comfortably with Colostomies, Ileostomies, and Urostomies》
作者：Barbara Dorr Mullen 和 Kerry Anne McGinn
出版：Bull Publishing（科罗拉多州博尔德市）；2008 年

《Be Prepared: The Complete Financial, Legal, and Practical Guide for Living With Cancer, HIV, and Other Life-Challenging Conditions》
作者：David Landay
出版：St. Martin’s Press（纽约州纽约市）；1998 年

《Positive Options for Living with Your Ostomy: Self-Help and Treatment》
作者：Craig A. White 和 Robert W. Beart Jr.
出版：Hunter House（加利福尼亚州阿拉米达市）；2002 年

《The Human Side of Cancer: Living With Hope, Coping With Uncertainty》
作者：Jimmie Holland 和 Sheldon Lewis
出版：Harper Collins Publishers（纽约州纽约市）；2000 年

组织

癌症*照护*
800-813-HOPE (800-813-4673)
www.cancercare.org
为所有癌症患者提供免费帮助的国家非营利组织。 所提供服务包括咨询、教育、信息和财政援助。

照护者行动网络

www.caregiveraction.org
为患者、老人或残疾人的照护者提供支持。 致力于为照护者提供支持、教育和宣传，并为其争取权力。

结直肠癌联盟
877-422-2030（免费热线）
www.colorectalcancer.org
全国非营利性患者权利倡导组织，致力于与结肠癌相关的筛查、资源、意识、宣传和研究。

克罗恩病和结肠炎基金会
800-932-2423
www.crohnscolitisfoundation.org
致力于寻找克罗恩病和溃疡性结肠炎的疗法并预防这些疾病。 旨在通过研究、教育和支持提高患者这些疾病患者的生活质量。

妇女癌症基金会
www.foundationforwomenscancer.org
致力于向全世界人民宣传妇科癌症。 提供个性化风险评估工具以评估罹患妇科癌症和乳腺癌的风险。

国际造口协会 (IOA)
www.ostomyinternational.org
致力于改善接受了造口术或相关手术的患者的生活质量。

美国卵巢癌联盟 (NOCC)
888-682-7426
www.ovarian.org
致力于提高人们对卵巢癌的认识以及卵巢癌患者的生存率和生活质量。

美国国家癌症研究所 (NCI) 癌症信息服务
800-4 CANCER (800-422-6237)
www.cancer.gov/contact
一项由联邦政府资助的癌症教育项目，可提供准确、最新、可靠且易于理解的癌症信息。

卵巢癌研究联盟 (OCRA)
866-399-6262（免费）

www.ocrahope.org
致力于将卵巢癌列入政策制定者和女性健康领袖的议程。

Red Door Community（前身为 Gilda’ s Club）
195 West Houston St.
New York, NY 10014
212-647-9700
www.reddoorcommunity.org
为癌症患者及其家人和朋友提供聚会场所。 为人们提供一个可以与他人会面以建立支持系统的地方。 提供免费支持和网络社交群、讲座、研讨会和社交活动。 Red Door Community 是曾经的 Gilda 俱乐部。

美国联合造口协会 (UOAA)
800-826-0826
www.ostomy.org
一个以志愿者为基础的健康组织，为已接受或将要接受肠道或尿路改道的患者提供支持。包括提供教育、信息、支持和宣传。

伤口、造口和失禁护士协会
888-224-WOCN (888-224-9626)
www.wocn.org
协会成员为照护伤口、造口和失禁患者的专家。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 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。

Caring for Your Ileostomy or Colostomy - Last updated on August 15, 2022
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利