Memorial Sloan Kettering Cancer Center

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*关于尿路造口术*(www.mskcc.org/zh-hans/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。

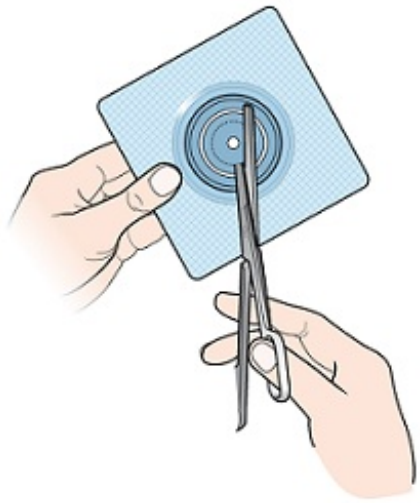


图 1. 裁剪两件式系统的底盘



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

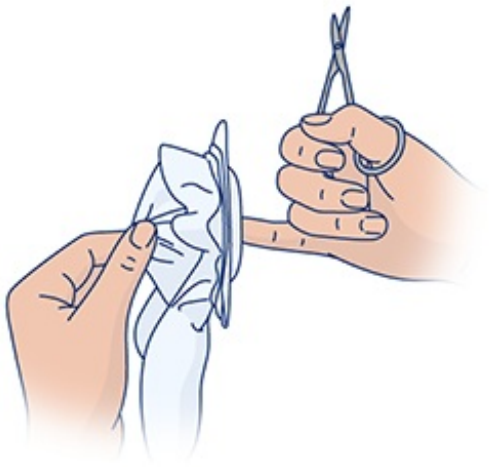


图 4. 在单件式系统中将造口袋从底盘上拉开

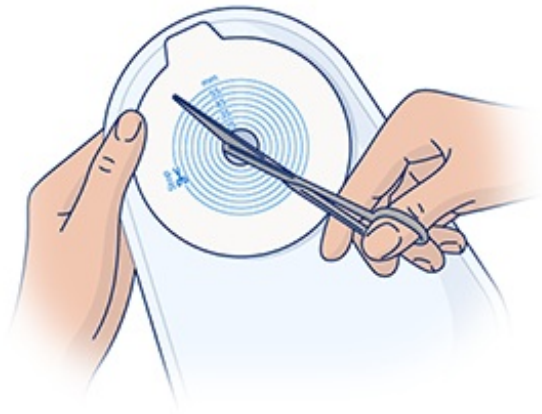


图 5. 裁剪单件式系统的底盘

- 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)。
   - 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 MSK MyChart 帐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 *与医疗保健提供者分享所拍摄照片的技巧* (www.mskcc.org/zh-hans/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 MSK MyChart 帐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。

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。

Changing Your Urostomy Pouching (Bag) System at Home - Last updated on January 28, 2025
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利