



患者及照护者教育

灌洗乙状结肠造口或降结肠造口

本信息介绍了如何灌洗乙状结肠造口或降结肠造口。

灌洗结肠造口时，需要将水通过造口注入大肠（结肠）。这样可以排空肠道。每天在同一时间灌洗结肠造口有助于训练您的肠道有规律地运作。这可能会让您在 24 到 48 小时内没有排泄物。

您可能想要在进餐或饮用热饮后一小时内进行灌洗。灌洗最长需要 1 个小时。灌洗时切勿操之过急，这一点至关重要。

开始自行灌洗之前，请与伤口、造口和失禁 (WOC) 护士预约。WOC 护士将在预约时为您提供指导，并向您演示如何灌洗。

何时灌洗结肠造口

每天在接近相同的时间灌洗结肠造口非常重要。您的结肠会习惯在这个时间排空，在两次灌洗之间排便的可能性也会降低。

您可能想要在进餐或饮用热饮后 1 小时内进行灌洗。灌洗需要 1 到 1.5 个小时。灌洗时切勿操之过急，这一点至关重要。

如果出现以下情况，请勿灌洗结肠造口：

- 腹泻（稀便或水样便）。
- 造口脱垂。
- 注意到造口周围有鼓起（疝气）。如果发现鼓起或疝气，请致电医生并与 WOC 护士会面。

接受化疗或放疗期间，灌洗前请咨询医生。在上述治疗期间不建议进行灌洗。

结肠造口的灌洗说明

开始练习之前，请准备好所需用品。您将需要：

- 灌洗袋、管路和椎尖
- 墙钩或衣架
- 灌洗套管和夹子
- 水基润滑剂
- 结肠造口袋或造口盖
- 温和肥皂（如 Dove® 或 Ivory®）
- 纸巾或干净毛巾
- 水

在卫生间中准备好用品。

1. 将管路夹在灌洗袋上，然后向袋中注入温水。切勿使用热水或冷水。
 - 灌洗袋上标有标记，有助于测量水量。装入灌水袋的水应略多于所需水量。
 - 使用以下水量：
 - 第一天，使用 250 毫升 (mL) 水。
 - 第二天，使用 500 mL 水。
 - 第三天，使用 750 mL 水。
 - 从第四天开始，如果在使用 750 mL 水灌洗时出现排便，且在两次灌洗之间没有排便，则继续使用 750 mL 水。如果两次灌洗之间出现排便，则使用 1,000 mL 水。使用的水量请勿超过 1,000 mL。
2. 松开夹子，让一些水通过灌洗袋的管路排出。这样可以排出空气。当只有水流出锥尖时，重新夹紧管路。
3. 将灌洗袋挂在墙上的挂钩或衣架上，使灌洗袋的底部与您的肩膀齐平。这意味着灌洗袋应距离造口约 18 英寸（1.5 英尺）。坐在马桶上或马桶旁的椅子上
4. 从造口处解开并取出结肠造口袋，或取下造口袋系统。套上灌洗套管或使用一次性灌洗套管。将灌洗套管的一端放入马桶。

5. 在椎尖上涂上水基润滑剂。将经过润滑的椎尖穿过灌洗套管顶部开口端，轻轻放入造口。
 - 调整椎尖的角度，使其与您结肠的自然方向一致。
 - 切勿强行将椎尖插入造口。
 - 切勿将椎尖插入造口最宽处。
6. 在开始灌洗之前，先将椎尖固定 1 到 2 分钟。慢慢深呼吸。这样可以放松腹部肌肉。
7. 逐渐松开灌洗袋管道上的夹子。这样可以让水缓慢流入结肠造口。当水流进造口时，感到腹胀是正常现象。
 - 如果水流回椎尖周围或没有流入造口，请轻轻改变椎尖的角度或位置。不断调整，直到有水流出且没有水倒流为止。
 - 如果调整椎尖仍没有帮助，则可能是有粪便试图从造口排出。夹住管道并将椎尖从造口中取出，让粪便从结肠造口中流出。粪便从结肠造口排出后，再将椎尖放回造口并尝试再次灌洗。
 - 如果您在灌洗时出现痉挛：
 1. 停止水流，进行一些缓慢的深呼吸，并轻轻揉搓腹部。这将有助于肌肉放松。
 2. 检查灌洗袋的高度。如果过高，增加的压力会导致痉挛。如果是这种情况，请调整高度。
 3. 如果水流进结肠的速度过快，可能会导致痉挛。调整夹子以减慢水流速度。
8. 灌洗袋排空后，合上管路夹，从造口取出椎尖。将灌洗袋、管路和椎尖放在一边。关闭灌洗套管的顶端。
9. 5 到 10 分钟内，造口可能会开始流出返流物（水和粪便）。有时，可能会更快出现。每次灌洗的返流量可能会有所不同。灌洗过程中可能会有多次返流。
 - 在第一次返流之前，请将灌洗套管的末端留在卫生间的马桶里。
 - 第一次返流后，可以离开卫生间。如果您选择离开，请将灌洗套管从马桶中拉出，并用提供的夹子夹紧底部。离开卫生间之前，请使用湿巾或纸巾清洁并擦干灌洗套管的底部。请勿将湿巾或纸巾冲入马桶。
 - 在接下来的 30 到 45 分钟内，您可以继续日常活动。离开卫生间是安全的，但您应该待在附近，以防出现更多回流。
 - 灌洗可能需要 1 个多小时。灌洗时切勿操之过急。

10. 最后一次返流后（大约在开始灌洗后约 1 小时），请将返流物倒入马桶。将灌洗套管从造口上取下，擦掉造口上多余的粪便。重新装上结肠造口袋或造口袋系统。冲洗马桶，用肥皂和水清洁双手。

11. 清洁设备。

- 用水冲洗，清除多余的粪便。
- 如果您使用的是一次性灌洗套管，请将其扔掉。
- 如果使用的是可重复使用的灌洗套管，则用纸巾或毛巾沾温和的肥皂和温水进行清洗。请勿使用热水，因为热水可能会损坏塑料。用纸巾或毛巾擦干灌洗套管内外部，或将其晾干。

如果您对灌洗结肠造口有任何疑问或担心，请联系您的医疗保健提供者。

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。

Irrigating Your Sigmoid or Descending Colostomy - Last updated on December 12, 2022
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利