



患者及照护者教育

# 如何护理可控经皮肤尿流改道管

本信息介绍了如何在手术后护理可控经皮肤尿流改道管。还说明了如何对可控经皮肤尿流改道管进行导尿，并遵循导尿时间表。

可控经皮肤尿流改道术又称为印第安纳袋尿流改道。

## 关于造口袋

在膀胱切除手术中，外科医生找到了一种将尿液排出体外的新方式。他们利用您的部分小肠和大肠在体内制作了一个造口袋。这个袋子可用于容纳尿液。

外科医生还会利用部分肠道制作出一个造口。造口是指腹部的一个小开口，尿液可以从此处排出体外。

您每天都要使用导管（一根细软管）排出几次造口袋中的尿液。这个过程称为导尿。您将通过造口将导管插入造口袋，从而排出所有尿液。造口袋排空后，您将拔出导管。

## 造口袋导尿时间表

您需要按照导尿时间表排空造口袋。在手术痊愈期间，遵守该时间表非常重要。这将有助于防止造口袋过度拉伸或破裂。

起初，您可能会觉得很难适应导尿时间表。随着时间推移，您会养成适合自己的导尿习惯。

## 导尿时间表示例

以下是术后进行造口袋导尿的时间表示例。您的医生可能会告诉您遵循不同的时间表。请遵循他们的指示操作。

	日间	夜间
--	----	----

第1周	每2小时清空一次造口袋。请勿等待超过2小时才排空。	每3小时清空一次造口袋。请勿等待超过3小时才排空。
第2周	每3小时清空一次造口袋。请勿等待超过3小时才排空。	每4小时清空一次造口袋。请勿等待超过4小时才排空。
第3周	每4小时清空一次造口袋。请勿等待超过4小时才排空。	每5小时清空一次造口袋。请勿等待超过5小时才排空。
第4周	每5小时清空一次造口袋。请勿等待超过5小时才排空。	每6小时清空一次造口袋。请勿等待超过6小时才排空。

## 遵循导尿时间表的小贴士

- 切勿超过排空造口袋的预定小时数。如果超过，您的造口袋可能会过度拉伸或破裂。
- 设置闹钟，半夜叫醒您以清空造口袋。
- 在计划排空造口袋的时间间隔内，您可能会感到压力或发胀。如果出现这种情况，请在下次预定时间之前排空造口袋。
- 在排空造口袋的间隔时间内，可能会有少量尿液从造口袋漏出。如果发生这种情况：
  - 缩短排空造口袋的间隔时间。例如，如果您计划每3小时排空一次造口袋，请尝试改为每2小时排空一次。
  - 请返回上一周的时间表。造口袋可能还无法容纳更多尿量。

## 清空造口袋

需要排空造口袋时，您可能会感觉到：

- 压力
- 饱胀感
- 腹部有轻微痉挛
- 下背部不适，通常在右侧

与手术前排尿时的感觉不同。

## 导管类型

大多数人在术后使用直头导管。这种导管的插入端（导管插入造口的一端）呈直通状态。与其他导管相比，直头设计使导管插入更快、更容易。

如果您在使用直头导管时感到疼痛或不适，医生可能会建议您使用弯头导管。这种导管的插入端有轻微的弧度，可以穿过狭窄处或堵塞物。

医生会告诉您使用哪种导管最好。请务必记录下您使用的导管类型及其尺寸。

## 如何清空造口袋

请按照以下说明排空您的造口袋。这称为造口袋导尿。如果您在导尿时遇到困难，请停止导尿，并致电您的医生办公室。告知他们您是否有引流问题或插入导管的问题。

1. 收集好用品并放在干净表面。您将需要：
  - 纸巾。
  - 1 根导管。
  - 水基润滑剂（如 K-Y Jelly<sup>®</sup>）。请勿使用硅基润滑剂或凡士林（如 Vaseline<sup>®</sup>）。
    - 如果您使用的是预润滑导管，则无需润滑剂。导管上已经自带润滑剂。
  - 如果您不能在浴室中导尿，请准备用于采集尿液的容器。
  - 纱布和胶带或贴布（如 AMPatch<sup>®</sup> 造口套）。
2. 清洁双手。
  - 如果用肥皂和水洗手，请用温水润湿双手并涂上肥皂。充分揉搓双手 20 秒，然后冲洗干净。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，请将其涂满双手。请揉搓双手，直到双手干燥。
3. 取下覆盖造口的纱布和胶带或贴布。用干净的纸巾擦去造口处的湿气或粘液。
4. 如果您使用的是预润滑导管：打开包装，继续步骤 5。  
如果您使用的是未经润滑的导管：打开润滑剂和导管包装。将润滑剂挤在导管的插入端。沿着导管移动，边移动边挤压，使润滑剂覆盖导管的  $\frac{1}{3}$  到  $\frac{1}{2}$ 。
  - 不需要将润滑剂涂满整个导管。当导管通过造口时，您的身体会自然地将多余的润滑剂推入导管。
5. 站在马桶前。如果您无法站立，可以坐在马桶座圈上。完全背靠坐在马桶座上，双脚

平放在地板上。请勿蹲在马桶座圈上。

- 如果您坐着，可能很难将导管对准马桶。为避免尿液溅出，请使用容器收集尿液。
  - 如果不能在浴室中导尿，可以在私人房间进行。您可以使用容器收集尿液。
6. 将导管的插入端置入造口。慢慢引导导尿管通过造口进入造口袋，直到尿液开始排出。让尿液流入马桶或容器中。

患者一定要有耐心，因为这个过程可能需要 5 到 10 分钟。将导管固定在适当位置，直到不再有尿液流出。

- 如果您使用的是直头导管：如果没有尿液排出，轻轻拔出 1 到 2 英寸（2.5 到 5 厘米）长的导管。缓慢旋转导管（在原位旋转）大约半圈，然后将其移回原位。
  - 如果您使用的是弯头导管：如果没有尿液排出，请改变身体姿势（见步骤 7）。请勿旋转导管。旋转导管可能会导致不适。
7. 改变身体姿势，查看是否仍有尿液流出。例如，如果您向前弯腰，可以试着向后倾斜或左右扭动。改变体位有助于将尿液从造口袋中积聚的位置排出。您可能需要变换几次姿势才能完全排空造口袋。
8. 排空后，请将尿液冲入马桶。如果使用容器，请将尿液倒入马桶冲洗。
9. 缓慢将导管一点点从造口中拔出。如果有尿液流出，等到全部排出后再将导管拔出。
- 如果您使用的是直头导管：可以在拔出导管时将导管向每个方向旋转  $\frac{1}{4}$  到  $\frac{1}{2}$  圈。这有助于确保尿液全部排出。
  - 如果您使用的是弯头导管：拔出导管时请勿旋转导管。旋转导管可能会导致不适。
10. 扔掉导管。
11. 用干净的纸巾擦去造口处的润滑剂。您也可以使用肥皂和水清洗造口周围。确保将该区域完全擦干。
12. 按照步骤 2 再次清洁双手。
13. 用新的纱布和胶带或新的贴剂覆盖造口。

## 清洁您的用品

## 导管

每次清空造口袋时必须使用新的导管。重复使用导管会增加感染风险。

如果您必须重复使用同一导管，每次使用后都必须清洗。

用温水和中性肥皂轻轻用手清洗导管。用温热的流动自来水冲洗导管。确保水流通过导管内部，将肥皂冲洗干净。

冲洗完毕后，轻轻晃动导管，将多余的水甩掉。将导管放在干净的毛巾或纸巾上晾干。晾干后，将导管装入塑料袋（如 Ziploc® 袋）中，存放在干净地点。

## 容器

如果您使用容器收集尿液，请用温水和肥皂清洗。将导尿管置于干净的表面风干。

## 造口袋和造口护理

以下是一些帮助您护理造口袋和造口的小贴士。

### 处理渗漏

术后最初几周，造口漏尿是正常现象。出现这种情况是因为造口袋需要时间来伸展和适应容纳尿液。通常情况下，尿液会持续少量渗漏。

为了帮助控制白天的渗漏，请按照导尿时间表定期排空造口袋。如果等待时间过长，造口袋会装得太满并开始溢出。

制定全天控制渗漏的计划也很有帮助。包括携带额外的衣物和用品，如纱布、胶带或贴剂。

为帮助控制夜间渗漏，睡前几小时内应避免饮用太多液体。睡前清空造口袋也有帮助。

您还可以在造口上方穿戴失禁垫、衬垫或内衣。这些物品有助于吸收渗漏尿液，避免在睡觉时弄脏衣物。

如果术后 6 周仍有渗漏，请与您的医疗团队联系。

### 插入导管

有时，您在将导管通过造口插入造口袋时可能会遇到困难。其中一个原因可能是堵塞。

粘液堆积、造口肿胀或受刺激是造成堵塞的常见原因。

感到紧张也会增加将导管通过造口插入造口袋的难度。这会让您的身体绷紧，从而增加插入导管的难度。

如果在插入导管时遇到困难，以下方法会有所帮助：

- **放松并深呼吸。** 在导尿前和导尿过程中尽量放松身心。深呼吸有助于放松肌肉，使导管更容易插入。
- **休息一下。** 如果在插入导管时一直感到阻力，请不要强行插入。强行插入可能会造成伤害。停止手上的操作，休息一下。10 分钟后再试一次。
- **使用较小导管。** 紧急情况下，使用比您平时所用导管小一号的导管。例如，如果您使用的是 14 号法式 (FR) 导管，请尝试使用 12 号 FR 导管。

如果您在插入导管时遇到困难，请与您的医疗团队沟通。他们可能需要观察您的操作过程，以了解您的问题所在。他们可以教您如何解决该情况，并帮您练习插入导管。如果问题一直存在，他们可能需要更换您使用的导管类型。

## 处理引流问题

置有造口袋时，引流问题很常见。其中一种引流问题是引流不完全。这是指在导尿过程中，您没有将尿液从造口袋中全部排出。

引流不完全会增加感染风险。还会增加在尿袋中形成肾结晶的风险。如果不加以治疗，肾结晶可能会变成肾结石。因此，排出造口袋中的所有尿液并确保其排空非常重要。这样做可能需要一些时间，但您必须这样做。

粘液也会导致引流问题。造口流出粘液是正常现象。但如果粘液很浓或很多，就会堵塞导管，导致无法排出。为了稀释粘液，请多喝水。

经常灌洗（冲洗或冲刷）造口袋也有助于防止粘液堆积。

## 使用润滑剂

导尿前一定要润滑导管。润滑剂有助于导管轻松滑入造口，减少导管与造口娇嫩组织之间的摩擦。还有助于防止对造口内壁的刺激、疼痛和伤害，如撕裂或刮伤。

一种方法是使用水基润滑剂，如 K-Y Jelly。水基润滑剂是医用的，对身体安全。

另一种方法是使用预润滑导管。这种导管上已自带润滑剂，可以直接使用。

请勿使用硅基润滑剂。随着时间的推移，这种润滑剂会分解或削弱导管材料。

请勿使用凡士林（如 Vaseline）作为润滑剂，会堵塞导管。

## 处理狭窄情况

造口狭窄是指造口开口变窄，变得很小很紧。手术后随时都可能发生狭窄。

为帮助控制狭窄，请使用适合狭窄造口开口的较小尺寸导管。这样会更容易排出尿液。

如果您在处理造口狭窄时遇到困难，如插入导管或持续的引流问题，请与您的医疗团队沟通。

## 何时致电您的医疗团队

如果您出现以下情况，请立即联系您的医生办公室：

- 插入导管、排出造口袋中的尿液或冲洗造口袋时遇到困难
- 尿血
- 腹部疼痛、肋骨间疼痛或腰部不适
- 感染迹象，例如：
  - 发热  $\geq 101^{\circ}\text{F}$  ( $38.3^{\circ}\text{C}$ )
  - 发冷
  - 尿液混浊或呈深色
  - 尿液有异味
  - 粘液粘稠或粘液比平时多

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](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

---

How To Care for Your Continent Cutaneous Diversion - Last updated on July 18, 2025  
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利