

# 新民健康



扫一扫  
“新民健康工  
作室”微信公  
众号, 订制  
“贴身医护顾  
问”

本报新民健康工作室主编 | 总第 79 期 | 2015 年 9 月 23 日 星期三 责任编辑:潘嘉毅 视觉设计:竹建英 编辑邮箱:xmjk@xmwb.com.cn

## 关注“造口人” 挽救生命 唤起希望

◆ 叶晓雯

10月3日是第八个“世界造口日”,今年的主题为“不同的故事,同样的心声”。对正常人来说,“造口”这个名词很陌生,而它却让患者承受着难以想像的煎熬和痛苦。很多时候,医生为了能保住直肠、膀胱病变患

者的性命,在切除直肠、肛门或膀胱的患者腹部左侧或者右侧开一个口,这个口就称为“造口”。此后,患者的排泄物都需要通过这个造口排出体外,医学上称这类患者为“造口人”。

手术“造口”虽然挽救了患者的生命,可同时这小小的“造口”,却给他们带去很大的困扰。有些人悲观失望,甚至对生活丧失信心。

“造口”一般由消化系统或泌尿系统疾病引起,常发生在直肠、膀胱病变(如直肠癌、膀胱癌、肠梗阻等),手术切除直肠、肛门或膀胱之后,在腹部新开的“人工肛门”,并在“肛门”处粘贴一个引流袋来盛装排泄物,有些患者或将一辈子随身携带。这么做是为了降低肠道压力、减轻梗阻,促进肠道、泌尿道疾病的痊愈,挽救病人的生命。

这类特殊人群,在身体外形发生了变化之后,排泄物不能随意控制,任何场合都需要携带造口袋,这让他们在社交、饮食、异味处理、造口袋的使用上,以及其他生活问题的处理上带来极大的困扰。

同济大学附属杨浦医院护理部主任王静介绍,造口护理的不当为患者带去诸多困难,且造口并发症的发生率也会随之增加。有研究表明:术后1年内造口患者最易发生造口并发症,国外报道造口并发症的发生率为21%-71%,国内报道并发症的发生率为16.3%-53.8%。造口人作为社会上特殊群体,需要家人的关爱、社会帮助和康复指导,更需要人们的理解和社会的认可与支持。造口患者迫切需要造口护理专业人员的介入。

王静主任说:“可能作为普通人很难理解‘造口人’心里真正的痛苦,直到有一日,我身边的一位亲人需要接受6个月的‘临时造口’生活。虽说,我可以时刻在他身边照顾,但依然无法消除他的焦虑。他变得害怕出门,连去餐厅吃顿饭、家庭聚会都不愿意。一直感觉

身上有异味,担心袋子会掉下来。为了减少排便他开始不愿吃饭,仅1个月就瘦了十多斤。这事也让我深刻体会到了他的恐惧。”

同济大学附属杨浦医院国际造口师、主管护师范志敏很遗憾地提到,很多“造口”是永久的创伤性创口,由于长期暴露在体表外,感染的机会非常高,也使护理变得更为困难。“我们的护士需要有一颗非常强大的心脏,还要拥有很强的自我调节能力。其他科室的护士处理完伤口,一般病人总会越来越好,护士在工作中也会收获快乐和成就感。而在我们这里,几乎每天面对的都是负能量,护士的心理压力非常大。所以,很多医院不会开设这样的护理门诊,愿意一直从事造口护理的护士越来越少。”

针对“造口人”关心的日常护理问题,造口师逐一详细解答——

问:“造口人”可以沐浴吗?

答:是否可以沐浴是肠造口者非常关注的问题之一,一般手术切口愈合后,无论是粘接着造口袋还是脱下造口袋均能像正常人一样可以轻轻松松地沐浴,不会影响造口袋的使用时间和身体的康复。“造口人”平时应避免穿紧身衣裤(裙),尽量不要束皮带,可以穿背带裤等,以免摩擦或压迫造口,影响肠造口的血液循环。

问:可以继续运动跑步吗?

答:生命在于运动,只有锻炼和运动才能保持健康的身体。造口者也不例外,造口是不会阻碍体育锻炼或适当的体力劳动。可以根据术前的爱好与身体的耐受力,选择一些力所能及的运动,如打太极拳、散步、体操、游泳、跑步、练气功等。

问:身为家属该如何引导患者出门见朋友?

答:人们离不开友情,更离不开人群,谁都不例外。造口者不是病人,更不是传染病者,当他们身体体力恢复、掌握造口的护理方法后,就可以正常地进行社交活动,同时应鼓励造口者多参加造口联谊会,在这个组织中可以找到新朋友,互相了解、互相鼓励,交流造口护理的经验和体会,以便减轻造口者的孤独感,激发重新走向新生活的勇气,对促进心理康复有着积极的作用。

问:会影响正常工作吗?

答:造口不是一种疾病,因此不会影响病人的工作。当身体体力完全恢复,便可以恢复以前的工作,但应避免重体力劳动,尤其是术后第一年,应避免举重或提重物。

### 科普活动

9月28日,“第八个世界造口日”科普讲座及咨询活动,在同济大学附属杨浦医

院(腾越路450号)伤口造口门诊307诊室举行。活动现场将提供心理咨询、健康教育、造口护理指导,患者还可领取健康资料、造口用品及《肠造口护理指引》一

书。本次活动由同济大学附属杨浦医院国际造口师团队牵头,同济大学附属杨浦医院主办,杨浦区市东医院及杨浦区控江医院协办。

## 皮炎、湿疹、银屑病反复发作怎么办?

百年顾氏外科传人本周有义诊 ◆ 解雯雯

各组织系统均处于水分津液相对贫乏的状态,此时调整气血平衡阴阳易于收效,把握这一特点,对因而治,就可缓解体内燥邪,防止或阻断皮肤病的发生发展。

经有关部门批准,上海泰坤堂中医医院将于27日(本周日)开展专家义诊,特邀万春发等两位中医皮肤科专家,为30位读者免费义诊,有需要的读者可尽快电话或短信报名,额满即止。

### 义诊信息

义诊地址:上海泰坤堂中医医院(黄浦区斜徐路553号)

义诊科目:中医科(内科专业、骨伤科专业、妇产科专业、皮肤科专业、外科专业)

报名方式:(以下方式任选其一)

1. 拨打热线:021-22816381(工作日8:00-20:00)

2. 编辑短信“皮肤+姓名+联系方式”发送至13651804352

义诊备案编号:黄字备登字(2015)第0038号

### 【专家简介】

万春发 师从顾氏外科第三代名医沈楚翹,从事中医皮肤病专业40余年,临床擅长白癜风、慢性湿疹、青春痘、银屑病、荨麻疹、黄褐斑、带状疱疹、皮癣等顽固性皮肤病。

杨杏林 从事中医皮肤科和海派中医传承医教研近40年,擅长白癜风、皮肤过敏、皮炎、湿疹、荨麻疹、色斑及各类皮肤瘙痒等疾病。

## 夏末秋初当心惹上隐翅虫皮炎

遇蚊虫叮咬别急着拍打 ◆ 吴瑞莲

很多人察觉身上有虫子,第一反应就是“拍死”。李小姐怎么也想不到,自己随手拍落了一只落在脸上的虫子,脸上竟因此赫然多了好几条“伤疤”。这些“伤疤”形状两段细中间粗,长短不一。李小姐赶忙前往复旦大学附属中山医院青浦分院就医,经诊断,李小姐患上了隐翅虫皮炎。

该院皮肤科王强主治医师表示,李小姐脸上的“伤疤”正是因为她的随手一拍所导致的。他说道,李小姐拍死的虫子叫隐翅虫。每年夏秋两季是隐翅虫皮炎的高发期,但是很多老百姓对它并不了解。

王强解释说,隐翅虫是甲虫的一种,其中

的毒隐翅虫有致病作用。该虫虫体各段均含有毒素。尤其夏秋时节,皮肤裸露时,隐翅虫叮咬皮肤时可释放出毒液,引发皮炎。若用手搔抓或翻身压死毒虫,虫体破溃后,体液沾到人体皮肤,患者2到4小时后将发病,12小时后皮肤上出现水泡,可发展为脓疱。严重者皮肤呈灰黑色坏死状,常显示鲜红色糜烂面,若侵犯眼睑可发生睁眼困难现象。王强表示:“隐翅虫确实有毒,但并不会致人死亡,一般治疗一周就会好,市民也无需恐慌。”

据了解,隐翅虫喜欢栖息在水田、草地及树林等潮湿的地方,有趋光习性,常在晚上飞入有灯火的地方,市区内较为少见,但绿化较

好的小区、高校等场所隐翅虫活动较为活跃,因此居住那里的人群需要特别注意。“在做好防虫驱虫工作的同时,要关好门窗、保持室内干燥,睡觉时不要开着灯。”王强说,隐翅虫喜欢朝有光的地方飞,因此一旦门窗没有关紧,家里灯又亮着,很容易吸引隐翅虫进入。

王强提醒,隐翅虫其实是不咬人的,只是因为它爬到人的皮肤上,常常被大家不自觉地打死或压死,这时,会造成毒液大量溅出,酸性值很大,对人的皮肤具有很大的腐蚀性。所以,遇到这种虫子,别打死它,只要用嘴吹走即可。若皮肤沾染隐翅虫毒液,可用除烧碱外的碱性物质中和酸性毒素,比如肥皂水清洗等。红斑损害可选用炉甘石洗剂、糖皮质激素软膏等外用。如果情况严重,要及时去皮肤科就医治疗。

## 新民健康 举办胃肠道疾病主题讲座

新民健康特邀第十人民医院刘忠臣及其专家团队,开展胃肠道疾病专场讲座,凡有胃肠肿瘤、肥胖代谢综合征、肛肠疾病(便秘、便血、痔疮)等疑问的读者均可报名参加。参与讲座的读者都将得到一份小礼品。关注“新民健康”微信,更有机会获得精美健康礼品。

时间:9月25日下午2:00-4:00

地址:第十人民医院1号楼15楼(职工之家)

报名电话:021-52920871

