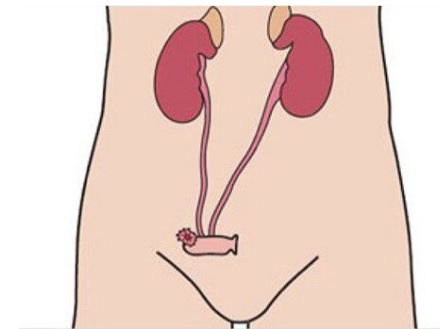


การดูแลลำไส้เปิดทางหน้าท้องสำหรับปัสสาวะ



คลินิกออสโตมีและแผล

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

SIPI NS2030264



สแกนเพื่อประเมินความพึงพอใจ
หลังจากอ่านสื่อความรู้ด้านสุขภาพฉบับนี้

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

จัดทำโดย

พว.ทิพย์มาศ บ่อมเสน

พยาบาลออสโตมีและแผล ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

ที่ปรึกษา

พว.จุฬาทพร ประสงค์สิต

พยาบาลผู้ชำนาญการพิเศษและผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูง

พว.กาญจนา รุ่งแสงจันทร์

พยาบาลผู้ชำนาญการพิเศษ

พว.ยุวรัตน์ ม่วงเงิน

หัวหน้าพยาบาลหน่วยพยาบาลด้านป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งล่าสุด ปี พ.ศ. 2561

รหัสหน่วยงาน NS 12120016467

สงวนลิขสิทธิ์โดย พ.ร.บ.การพิมพ์ 2537



แผ่นพับสุขภาพออนไลน์

อาการผิดปกติที่ต้องปรึกษาพยาบาลดูแลลำไส้เปิดทางหน้าท้อง (ET Nurse)

- ถุงรองรับน้ำปัสสาวะ หลุด หรือรั่วบ่อย
- ผิวหนังรอบลำไส้เปิดหน้าท้องมีการระคายเคือง เป็นผื่นแดง หรือเป็นแผล
- หน้าท้องนูนออกมาผิดปกติ
- ลำไส้เปิดทางหน้าท้องยุบตัวลงไปต่ำกว่าระดับผิวหนัง

ถุงมี 2 แบบ คือ ชั้นเดียว และ 2 ชั้น การเลือกใช้ขึ้นอยู่กับข้อจำกัดและลักษณะของ
ลำไส้เปิดทางหน้าท้อง

กรณีมีความจำเป็นที่ต้องใช้ถุงแบบ 2 ชั้น ควรปรึกษาพยาบาลออสโตมีและแผล



ถุงมี 2 แบบ คือ ชั้นเดียว และ 2 ชั้น

อาการผิดปกติที่ต้องพบแพทย์

- ปัสสาวะมีเลือดปน ปวดหลัง มีไข้หนาวสั่น
- มีอาการติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ เช่น ปัสสาวะขุ่นและมีกลิ่นแรงผิดปกติ
- ดื่มน้ำได้ตามปกติ แต่ปัสสาวะออกน้อย

การดูแลลำไส้เปิดทางหน้าท้องสำหรับปัสสาวะ (Urostomy Care)

แนวทางในการดูแลลำไส้เปิดทางหน้าท้องสำหรับปัสสาวะ

การเปลี่ยนถุงรองรับปัสสาวะ

การเปลี่ยนถุงรองรับปัสสาวะตามขั้นตอนดังนี้

- 1.เตรียมอุปกรณ์สำหรับปิดถุงรองรับปัสสาวะ ได้แก่ สำลี น้ำสะอาด แผ่นพลาสติก/แผ่นวัดขนาดลำไส้ ปากกา กรรไกร ถุงขยะ ถุงรองรับปัสสาวะ กลุ่มผลิตภัณฑ์ปกป้อง/รักษาผิวหนัง ชนิดผงแป้ง/ชนิดสเปรย์/ชนิดครีม/ชนิดเพส เป็นต้น ให้พร้อมก่อนลอกถุงรองรับปัสสาวะเดิมออก



2.ล้างมือให้สะอาด

3.ยึนหรือนั่งหน้ากระจก หรือท่าที่สะดวกสบายที่สุด แต่จะต้องเป็นท่าที่ทำให้รอบลำไส้เปิดไม่มีรอยย่น เพื่อการปิดถุงจะได้แนบสนิท

4.ลอกถุงออกโดยใช้นิ้วมือข้างหนึ่งกดผิวไว้ ขณะที่ใช้นิ้วมืออีกข้างค่อย ๆ

ลอกถุงออก



5.ทำความสะอาดลำไส้เปิดและผิวหนังรอบๆด้วยสำลีชุบน้ำสะอาด

(ขณะที่ทำความสะอาด อาจมีเลือดออกได้เล็กน้อย)



เมื่อออกจากบ้าน

- เตรียมอุปกรณ์สำหรับเปลี่ยนถุงรองรับปัสสาวะ ใส่กล่องให้พร้อม ใช้กระดาษเปียกเช็ดทำความสะอาดแทนสำลีชุบน้ำเพื่อความสะอาด
- นำอุปกรณ์ติดตัวไว้ตลอดเวลา และให้สามารถหยิบได้ง่าย
- อย่าทิ้งอุปกรณ์ไว้ในรถ เนื่องจากอากาศร้อนหรือหนาว อาจทำให้บริเวณแป้นของถุงรองรับน้ำปัสสาวะ เสื่อมสภาพได้

การทำงาน

- สามารถกลับไปทำงานได้ตามปกติ ควรหลีกเลี่ยงงานยกของหนัก

การเลือกใช้ถุงรองรับน้ำปัสสาวะ

- ขึ้นอยู่กับสภาพผิวหนัง
- ความสามารถในการดูแลตนเอง
- ลักษณะของลำไส้เปิดทางหน้าท้อง
- เศรษฐฐานะของผู้ป่วย
- ควรปรึกษาพยาบาลออสโตมีและแผลในการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์

การลดกลิ่น

- จำกัดอาหารประเภท หัวหอม กระเทียม กะหล่ำปลี สะตอ ชะอม
- เมื่อเทปัสสาวะ ออกจากถุง ให้เช็ดทำความสะอาดบริเวณจุดปิดปลายถุงให้สะอาด
- ใช้สเปรย์ดับกลิ่นในห้องน้ำ
- ดื่มน้ำอย่างน้อย 6-8 แก้วต่อวัน

การป้องกันการเกิดผลึกของปัสสาวะบริเวณผิวหนังรอบลำไส้เปิดทางหน้าท้อง

- ดื่มน้ำผลไม้เพื่อลดความเป็นด่างของปัสสาวะ เช่น น้ำลูกพรุน น้ำส้ม น้ำกระเจี๊ยบ เพื่อป้องกันการเกิดผลึกของปัสสาวะบริเวณผิวหนังรอบลำไส้เปิดทางหน้าท้อง
- ถ้ามีผลึกของปัสสาวะบริเวณผิวหนังรอบลำไส้เปิดทางหน้าท้อง ให้ใช้ น้ำส้มสายชู 1 ส่วน ผสมกับน้ำสะอาด 4 ส่วน เช็ดทำความสะอาด เพื่อลดการเกิดผลึก ถ้าไม่ดีขึ้นควรรมาพบพยาบาลออสโตมีและแผล

6. วัดขนาดลำไส้เปิดทางหน้าท้อง

6.1 กรณีลำไส้เปิดมีลักษณะกลม ใช้แผ่นวัดขนาดลำไส้



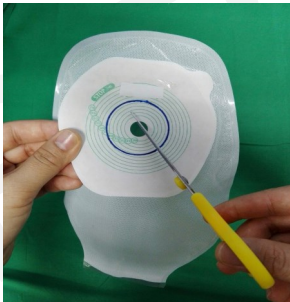
6.2 กรณีลำไส้เปิดมีลักษณะรีหรือไม่มีรูปทรงที่แน่นอน ใช้วิธีการลอกลายโดยใช้แผ่นพลาสติกใสวางทาบนลำไส้เปิดและใช้ปากกาเคมีวาดตามรูปลำไส้



7. นำแผ่นพลาสติกใสที่ลอกภายใต้มาตัดตามขนาดที่วัดได้ของลำไส้เปิด ท้อง และนำมาวางลงด้านหลังบนแผ่นของถุงรองรับปัสสาวะ



8. ตัดเป็นตามขนาดที่วัดไว้



9. ใช้นิ้วมือลูบขอบแผ่นที่ตัดเพื่อลบคม



* ถ้าครบกำหนดที่ต้องเปลี่ยนถุงรองรับปัสสาวะ ให้ลอกถุงเดิมออก แล้วอาบน้ำตามปกติ

- ล้างบริเวณลำไส้เปิดทางหน้าท้องด้วยสบู่อ่อนๆ ได้ เพื่อทำความสะอาด ห้ามใช้น้ำยาฆ่าเชื้อ

การแต่งกาย

- สามารถสวมเสื้อผ้าได้ตามปกติ ไม่ควรรัดแน่น หรือกดทับบริเวณลำไส้เปิดหน้าท้อง

การออกกำลังกาย

- สามารถออกกำลังกายเบาๆ เช่น การบริหารแขน ขาและลำตัว
- หลีกเลี่ยงการเล่นกีฬาที่ต้องมีการปะทะ

การรับประทานอาหาร

- รับประทานอาหารได้ทุกชนิดตามความต้องการ เคี้ยวให้ละเอียด
- อาหารบางชนิดอาจที่ทำให้ปัสสาวะเปลี่ยนสี เช่น บีทรูท ผักกาดม่วง หน่อไม้

การเทน้ำปัสสาวะ

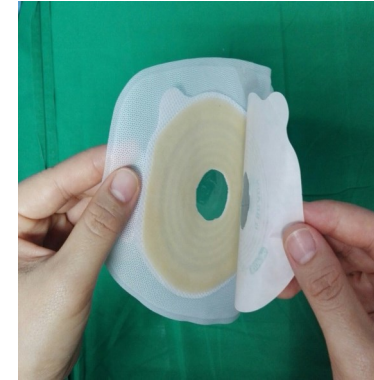
- เทปัสสาวะเมื่อมีน้ำปัสสาวะประมาณ 1 ใน 3 ส่วน ของถุง
- เทปัสสาวะในห้องน้ำที่โถชักโครก และกดน้ำขณะเท เพื่อไม่ให้ น้ำปัสสาวะ กระจายเปื้อน
- ถ้าใช้ถุงแบบ 2 ชั้น สามารถดึงถุงไปล้างทำความสะอาดด้วยน้ำยาล้าง จานและนำมาผึ่งให้แห้ง ห้ามโดนแดด สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ และนำถุงใบ ใหม่มาปิด
- ล้างบริเวณจุดปิดปลายถุง และใช้สำลีหรือกระดาษชำระเช็ดจุดปิดปลาย ถุงให้สะอาด

การอาบน้ำ

- สามารถอาบน้ำได้ตามปกติ
- * ถ้าถุงรองรับปัสสาวะยังติดดี ก่อนอาบน้ำให้นำถุงพลาสติกมาปิด ครอบถุงรองรับปัสสาวะ และปิดขอบด้วยพลาสติก



10. ลอกกระดาษกาวใต้แผ่นหรือใต้ถุงออก



11. ครอบถุงรองรับปัสสาวะบริเวณลำไส้เปิดทางหน้าท้อง โดยเริ่มปิดจากด้าน ล่างสุดของลำไส้เปิดทางหน้าท้อง กดแป้นให้แนบกับหน้าท้องบริเวณรอบๆลำไส้เปิด



12.ล้างมือให้สะอาด

- กรณีที่มีขนบริเวณหน้าท้อง เพื่อป้องกันการเกิดรูขุมขนอักเสบ ต้องโกนหรือขลิบให้สั้นเสมอ
- กรณีที่ผิวหนังรอบลำไส้เปิด มีการระคายเคือง
 - * ใช้ผลิตภัณฑ์ปกป้องผิวหนังชนิดผงแป้งโรย และปิดส่วนเกินออก



- * ใช้ผลิตภัณฑ์ปกป้องผิวหนังชนิดสเปรย์พ่นทับผงแป้งและเคลือบบริเวณผิวหนังรอบลำไส้เปิดทางหน้าท้อง ด้วยพลาสติก



- * ใช้ผลิตภัณฑ์ปกป้องผิวหนังชนิดเพสทาบางๆ บริเวณที่ผิวหนังมีการระคายเคือง และรอบลำไส้เปิดทางหน้าท้อง และรอให้แห้ง



เคล็ดลับ/คำแนะนำในการดูแลตนเอง

เวลาที่ควรเปลี่ยนถุงรองรับปัสสาวะ

- ควรเป็นเวลาเข้าก่อนที่จะรับประทานอาหารและดื่มน้ำ เพราะช่วงเวลากลางคืนไม่ได้ดื่มน้ำ ทำให้ปัสสาวะออกน้อย ง่ายและสะดวกต่อการเปลี่ยนถุงรองรับน้ำปัสสาวะ
- ถ้ามีน้ำปัสสาวะรั่วซึม หรือ แฉกการรั่วควรเปลี่ยนถุงทันที
- ถ้าถุงรองรับน้ำปัสสาวะไม่รั่วซึม สามารถอยู่ได้นาน 3-5 วัน