

A photograph of a man and a woman embracing outdoors. The man, on the left, has a shaved head and is wearing a blue and white checkered button-down shirt. He is looking off to the side with a slight smile. The woman, on the right, has long, wavy brown hair and is wearing a light blue top. She is looking towards the camera with a gentle smile. The background is a soft-focus outdoor setting with greenery and a building in the distance.

장루에 대한 이해:

결장루, 회장루 또는 요루

 Hollister.



장루 수술 이후의 삶

“ 장루를 갖고 생활하는 한 사람으로서 장루 수술을 받고 난 후 며칠, 몇 주 그리고 심지어 몇 달 동안 지지와 격려가 중요하다는 것을 이해합니다. 또한 삶이 주는 풍요로움과 행복하고 생산적인 사람으로 계속 살아간다는 것이 무엇인지 알고 있습니다. 샤워는 가능할까? 수영은 할 수 있을까? 여전히 운동을 할 수 있을까? 건강한 연애를 계속할 수 있을까?

장루 수술을 받고 병상에서 회복 중일 때 문득 이러한 질문이 떠올랐습니다. 그 후 몇 주가 지나자 곧 이 모든 질문에 대한 답이 '그렇다'라는 것을 알게 되었습니다! 저는 필요한 조치를 취하고 장루를 갖고 있다는 사실을 넘어서 앞으로 나아갈 수 있도록 스스로에게 힘을 실어주는 사람이었습니다. 저를 아껴주고 사랑해 주시는 분들이 저의 발전과 회복을 응원해 주었습니다.

사람마다 서로 다른 여정이 있고 기복이 있을 것입니다. 서로 다른 경험을 하겠지만 새롭게 시작할 수 있는 기회를 두려워하지 말고 받아들이시길 바랍니다.

자원과 지원을 이용할 수 있다는 점을 기억하십시오. 여러분은 더 이상 혼자가 아닙니다. 경험은 우리의 성격을 형성하고 우리가 사람으로 성장할 수 있도록 합니다. 이 경험을 통해 시도하고 성장하며 주변 세계를 포용하십시오.

이 안내서는 개인, 배우자, 부모, 조부모, 간병인, 장루가 있는 사람을 위해 특별히 제작되었습니다. 이 안내서를 통해 장루를 넘어 일상으로 복귀하는데 필요한 지식과 기술을 얻을 수 있기를 바랍니다.

— 2000년부터 장루를 갖고 생활하는 BROCK M



이 안내서에 제공된 정보는 의학적 조언이 아니며 귀하의 주치의 또는 다른 보건의료적 종사자의 권장 사항을 대체할 수 없습니다. 이 안내서를 의료적인 응급상황에 도움을 얻기 위해 사용해서는 안 됩니다. 의료적인 응급상황을 경험하실 경우 즉시 개인적으로 진료를 받으십시오.



장루 수술을 받으려고 하거나 최근에 받은 경우 이 안내서는 장루란 무엇인지 그리고 어떻게 관리해야 하는지 이해하는 데 도움이 될 수 있습니다. 장루에 대해 더 많이 알수록 장루를 갖고 생활하는 것에 대한 우려를 더 많이 완화할 수 있습니다. 여러분이 혼자가 아니라는 사실을 기억하는 것이 중요합니다. 매년 수천 명이 장루 수술을 받습니다. 누군가에게는 생명을 구하는 일입니다. 부상을 치료하거나 종양을 제거하기 위해 수행될 수도 있습니다. 장루 수술을 받는 이유가 무엇이든 질문과 우려가 생기는 것은 자연스러운 과정입니다.

이 안내서는 장루 관리를 전문으로 하는 간호사와 같은 보건의료직 종사자가 제공한 정보를 보완하기 위해 작성되었습니다.

이 안내서의 뒷면에는 생소할 수 있는 몇 가지 용어를 이해하는 데 도움이 되는 용어집이 포함되어 있습니다.

목차

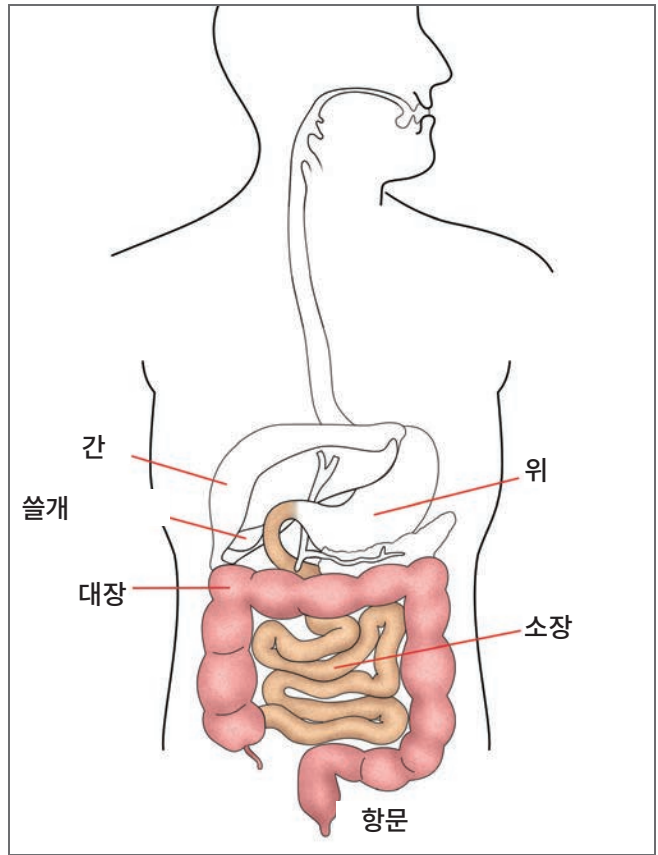
- 4 신체에 대한 이해**
 - 소화계 및 장루 대변용(5): 결장루(6) 및 회장루(7)
 - 비뇨계 및 장루 소변용(8): 요루(9)
 - 장루(10)
 - 장루 주변 피부(13)
- 14 장루 제품 설명**
 - 장루 파우치 시스템(15)
 - 피부 장벽의 역할(16)
 - 결장루 및 회장루 파우치 옵션 및 기능(19)
 - 요루 파우치 옵션 및 기능(20)
- 23 일반 장루 부속품**
- 26 자기 관리 실천**
 - 피부 건강 유지(26)
 - 목욕 또는 샤워(27)
 - 식단 및 수분 섭취 유지(28)
 - 냄새 및 가스 관리(30)
 - 약물 복용(31)
 - 세척(32)
 - 각종 요로 감염 확인(32)
 - 감정 다루기(33)
 - 일반 관리 지침(34)
- 35 일상생활**
 - 옷(35)
 - 활동, 운동 및 스포츠(36)
 - 직장 복귀 및 여행(36)
 - 성 및 성행위(38)
 - 부모성(38)
- 39 관계 및 지원 찾기**
 - 다른 사람과의 대화(40)
 - 장루 관리 전문 간호사에게 연락해야 할 때(42)
- 44 용어집**



**신체에 대한
이해**

'장루'란 배출물(대변 또는 소변)이 체외로 배출될 수 있도록 장루라는 구멍을 만드는 외과적 시술을 설명하는 일반 용어입니다. 이 안내서에서는 다음과 같은 세 가지 주요 장루 유형에 대해 설명합니다. 결장루(대변용), 회장루(대변용) 및 요루(소변용).

대변용 소화계 및 장루: 결장루 및 회장루



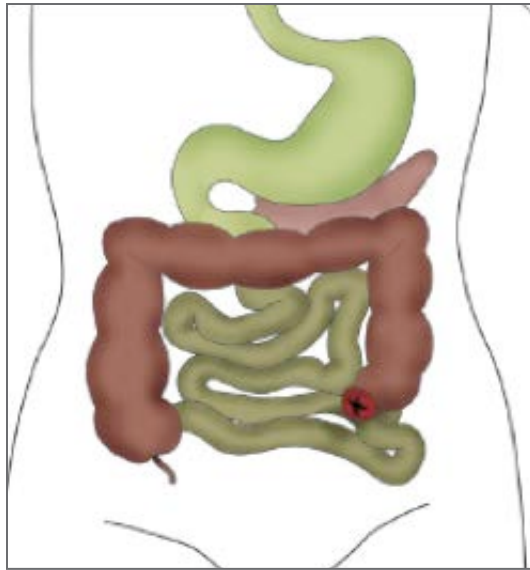
결장루 또는 회장루를 더 잘 이해하려면 먼저 인간의 소화계에 대해 자세히 이해하는 것이 좋습니다.

음식을 씹고 삼키면 음식은 식도를 따라 내려가 위로 이동합니다. 위산과 효소라고 하는 화학 물질은 음식물이 액체 혼합물이 될 때까지 분해합니다.

액체 음식 혼합물은 위에서 소장으로 이동하며 여기서 대부분의 소화가 이루어집니다. 비타민, 무기질, 단백질, 지방 및 탄수화물은 모두 소장을 통해 체내에 흡수됩니다. 소장에서 흡수되지 않은 모든 음식물은 액체 노폐물이나 대변으로서 대장(결장)으로 이동합니다. 대장은 대변에서 수분을 흡수하므로 대변은 이동하는 과정에서 더 정형화됩니다. 직장은 배변할 때까지 대변을 저장합니다. 배변 시 대변과 가스는 결장에서 직장으로 이동한 후 항문을 통해 체외로 나옵니다. 항문 괄약근이라고 하는 항문 근육을 통해 배변 시기를 조절할 수 있습니다.

결장루를 만드는 방법

결장루는 대장(결장)의 한 부분을 제거하거나 우회한 후 체내에서 노폐물을 배출하기 위해 외과적으로 만든 구멍(장루)입니다.



결장루를 사용하면 항문 대신 장루를 통해 노폐물을 배출합니다. 노폐물 배출 시기를 자발적으로 조절하는 괄약근이 없기 때문에 노폐물이 배출형 장루 파우치 시스템으로 모입니다. **대변용 장루 파우치 시스템은 19페이지에 자세히 설명되어 있습니다.**

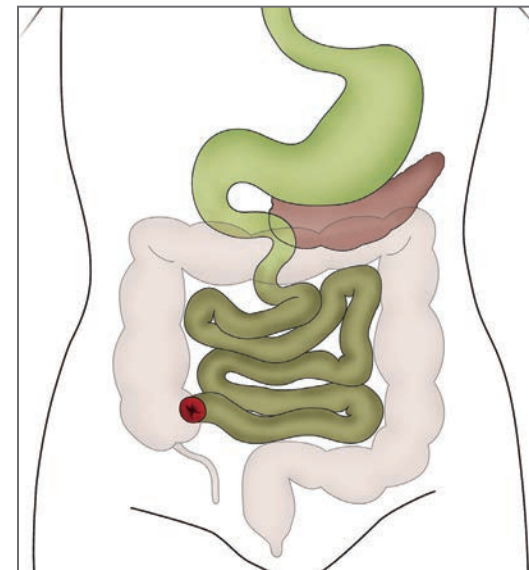
외과 의사는 결장루를 만들기 위해 복벽을 통해 대장(결장)의 일부를 가져옵니다. 복벽에 새로 만든 이 구멍을 장루라고 합니다. 결장루는 왼쪽 복부에 있는 경우가 많습니다.

결장루는 수술을 진행한 의학적 사유에 따라 일시적이거나 영구적일 수 있습니다. 항문 괄약근은 온전하지만 장의 일부가 휴식을 취하고 치유돼야 하는 경우에는 임시 장루를 만듭니다.

결장루의 배출물은 반고형 또는 정형 대변입니다. 가스는 장에서 계속 생성되어 장루에서 파우치로 배출됩니다. 파우치는 보통 하루에 한두 번 비우거나 교체해야 합니다.

회장루를 만드는 방법

회장루는 소장의 한 부분 또는 전체 대장(결장)을 제거하거나 우회한 후 체내에서 노폐물을 배출하기 위해 외과적으로 만든 구멍(장루)입니다.



회장루를 사용하면 항문 대신 장루를 통해 노폐물을 배출합니다. 노폐물 배출 시기를 자발적으로 조절하는 괄약근이 없기 때문에 노폐물이 배출형 장루 파우치 시스템으로 모입니다. **대변용 장루 파우치 시스템은 19페이지에 자세히 설명되어 있습니다.**

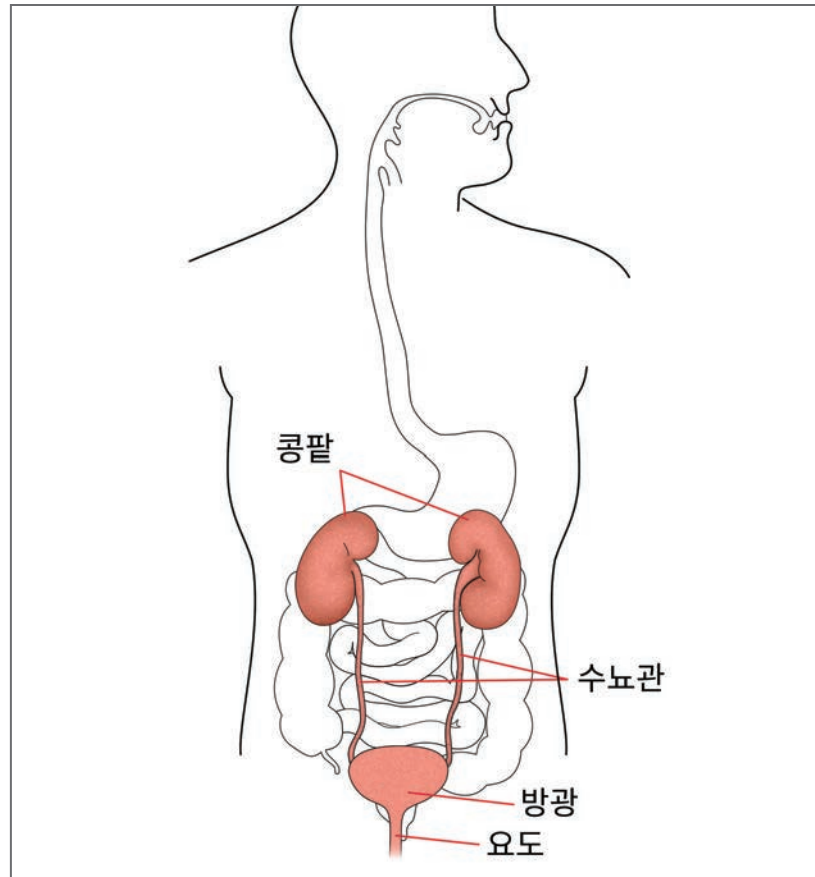
외과 의사는 회장루를 만들기 위해 복벽을 통해 소장(회장)의 일부를 가져옵니다. 복벽에 새로 만든 이 구멍을 장루라고 합니다. 회장루는 오른쪽 복부에 있는 경우가 많습니다.

회장루는 수술을 진행한 의학적 사유에 따라 일시적이거나 영구적일 수 있습니다. 항문 괄약근은 온전하지만 장의 일부가 휴식을 취하고 치유돼야 하는 경우에는 임시 장루를 만듭니다.

회장루의 배출물은 짙은 녹색 액체 대변부터 가스가 포함된 걸쭉한 대변까지 다양합니다. 파우치는 보통 하루에 여러 번 비워야 합니다.

소변용 비뇨계 및 장루: 요루

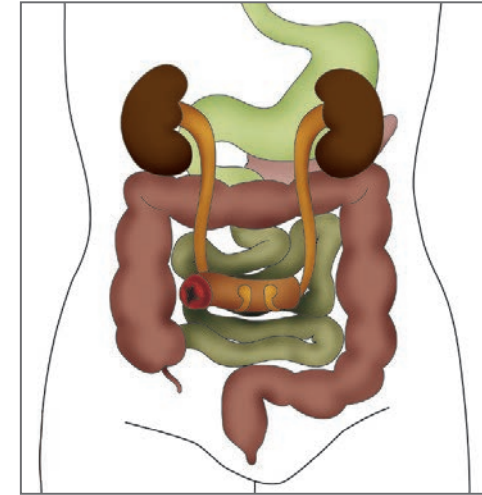
요루를 더 잘 이해하려면 먼저 인간의 비뇨계에 대해 자세히 이해하는 것이 좋습니다.



비뇨계는 신장에서부터 시작됩니다. 소변 또는 액체 노폐물은 요관이라고 하는 두 개의 좁은 관을 통해 신장에서 나와 방광에 모입니다. 소변의 흐름은 상당히 일정합니다. 괄약근은 방광을 비우거나 배뇨하는 것이 편할 때까지 방광에서 소변을 저장할 수 있도록 합니다. 배뇨 시 괄약근이 이완되면서 소변이 요도라는 좁은 관을 통해 체외로 나올 수 있습니다.

요루를 만드는 방법

요로전환이라고도 하는 요루는 방광을 제거하거나 우회한 후 체내에서 소변을 배출하기 위해 외과적으로 만든 구멍(장루)입니다.



요루를 사용하면 요도 대신 장루를 통해 소변을 배출합니다. 배뇨 시기를 자발적으로 조절하는 괄약근이 없기 때문에 파우치 바닥에 배출형 탭이 있는 장루 파우치 시스템으로 소변이 모입니다. **소변용 장루 파우치 시스템은 20페이지에 자세히 설명되어 있습니다.**

외과 의사는 요루를 만드는 여러 방법 중 하나를 선택할 수 있습니다. 장의 짧은 부분을 제거하여 소변이 체외로 나오도록 하는 파이프라인 또는 통로로 사용합니다. 외과 의사가 통로로 사용하기 위해 장을 몇 인치 정도 제거해도 장의 작동 방식에는 영향을 미치지 않습니다. 외과 의사가 장을 다시 연결하면 이전과 똑같이 계속 기능할 것입니다. 그런 다음, 외과 의사는 통로의 한쪽 끝을 막고 요관을 통로에 삽입한 후 복벽을 통해 통로의 열린 끝을 가져옵니다. 복벽에 새로 만든 이 구멍을 장루라고 합니다. 요루는 오른쪽 복부에 있는 경우가 많으며 소변과 점액을 배출합니다.

사실

요루 유형의 임상 이름은 전환을 만드는 데 사용되는 장의 부분을 기반으로 합니다. 가장 일반적인 유형인 회장 통로의 경우 외과 의사는 소장(회장)의 짧은 부분을 사용합니다.

장루

장루는 크기와 모양이 다양하지만 건강한 장루는 다음과 같습니다.



말단 장루

- 분홍색 또는 빨간색이며 약간 촉촉함
- 통증이 없음
- 문지르거나 부딪치면 (예: 샤워 시) 쉽게 출혈이 생기지만 빠르게 해결해야 함

장루가 크든 작든, 피부보다 높게 돌출되어 있든, 피부와 같은 높이에 있든, 장루의 배액(대변 또는 소변)은 피부 장벽 아래로 새지 않고 파우치로 흘러야 합니다. **장루 파우치 시스템에 대한 자세한 내용은 15~18페이지를 참조하십시오.**

복부에서 장루를 배치할 위치를 결정하는 것은 수술 준비 과정에서 중요한 부분일 수 있습니다. 일반적으로 장루는 허리 바로 아래 배꼽과 고관절 사이에 위치합니다.

수술 전에 장루 관리 전문 간호사와 외과 의사가 장루를 배치할 위치를 평가할 수 있습니다. 이를 위해 장루 관리 전문 간호사는 눕기, 앉기, 구부리기, 서기 등 여러 자세에서 복부를 관찰할 수 있습니다. 장루 배치를 위한 다른 고려 사항은 장루 유형, 피부 표면, 해당 부위를 볼 수 있는 능력, 생활 방식일 수 있습니다. 이 배치는 권장 사항이며 최종 배치는 외과 의사가 수술 중에 결정합니다.

수술 직후 결장루 또는 회장루...

- 장루가 부어오를 수 있습니다. 장루의 부기가 해결되려면 몇 주 또는 몇 달이 걸릴 수 있습니다.
- 장루에서 나오는 대변은 각기 다를 수 있습니다. 일반적으로 완전한 액체 상태로 시작한 후 일반 식단을 재개하면서 걸쭉해질 수 있습니다.
- 소화 효소로 인해 장루에서 나오는 배출물의 부식성이 매우 높으므로 장루 주변의 피부를 보호하는 것이 매우 중요합니다. 처음부터 건강한 피부를 유지해야 합니다.
- 임시 장루를 갖고 있다면 환상 장루일 수 있습니다. 환상 회장루에는 일반적으로 수술을 받고 약 2주 후 또는 그보다 더 빨리 제거하는 지지 기기(로드 또는 걸대라고 함)가 있을 수 있습니다. 이 기간이 지난 후에도 기기를 제거하지 않은 경우에는 보건의료직 종사자에게 상기시켜 주십시오.



걸대가 있는 환상 장루

수술 직후 요루...

- 장루가 부어오를 수 있습니다. 장루가 영구적인 크기로 줄어들려면 몇 주 또는 몇 달이 걸릴 수 있습니다.
- 수술 중에 장루 밖으로 확장되어 소변이 파우치로 흐르도록 돕는 스텐트라고 하는 작은 관을 삽입했을 수 있습니다. 스텐트는 일반적으로 외과 의사의 선호도에 따라 5일에서 2주 동안 그대로 있습니다. 이 스텐트를 직접 자르거나 제거하지 마십시오.
- 수술 직후 장루에서 소변이 나오기 시작합니다. 처음에는 소변이 약간 붉은빛을 띠 수 있습니다. 며칠이 지나면 정상적인 소변 색으로 돌아옵니다.
- 소변이 파우치에 모이면 소변에서 점액이 보일 수 있습니다. 점액은 통로를 형성하는 데 사용된 장 부분에서 나옵니다.



스텐트가 있는 말단 장루

장루 주변 피부

장루 주변 피부가 자극, 발진 또는 발적 없이 온전해야 하며 신체 다른 부위의 건강한 피부와 유사해야 합니다. 그 외에 건강해 보이는 피부라도 가려움이 있으면 문제를 나타낼 수 있습니다.

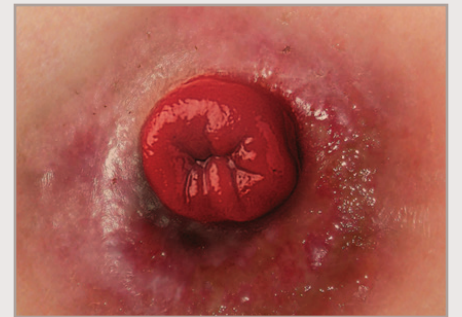
장루 주변 피부에 문제가 있으면 파우치 시스템을 제자리에 고정하는 데 어려움이 있을 수 있으며, 이로 인해 제품 사용량과 비용이 증가할 수 있습니다. 또한 자신에게 중요한 사람들과 함께 즐기는 일을 할 시간이 줄어든다는 것을 의미할 수 있습니다.

장루 주변 피부가 붉어지거나, 갈라지거나, 축축하다면 보건의료직 종사자의 도움을 받으십시오. 장루 주변 피부를 정기적으로 살펴보면서 피부가 건강한지 확인하고 문제를 적시에 해결하십시오. 장루를 갖고 생활하는 삶에서 누출과 건강하지 못한 피부를 당연하게 받아들여서는 절대 안 됩니다.

건강한 장루 주변 피부를 유지하는 방법에 대한 자세한 내용은 26페이지를 참조하십시오.



건강한 장루 주변 피부는 이 사진과 같아야 합니다.



이 사진과 같아서 안 됩니다.



장루 제품
설명

장루 파우치 시스템에는 다양한 유형이 많이 있습니다. 병원에서 의료진이 사용하는 파우치 시스템이 장루 수술에서 회복하는 데 가장 적합합니다.

수술을 마치고 퇴원한 후에는 장루를 교체하거나 다양한 활동을 시작할 때 자신에게 맞는 다양한 파우치 시스템을 몇 가지 시도해보는 것이 좋습니다. 또한 착용 시간을 늘리거나, 장루 주변 피부 건강을 유지하거나, 장루를 더 쉽게 관리할 수 있도록 파우치 시스템과 함께 사용할 수 있는 다양한 장루 제품이 있습니다.

장루 파우치 시스템

장루 파우치 시스템은 다음과 같은 두 가지 주요 부분으로 구성됩니다.

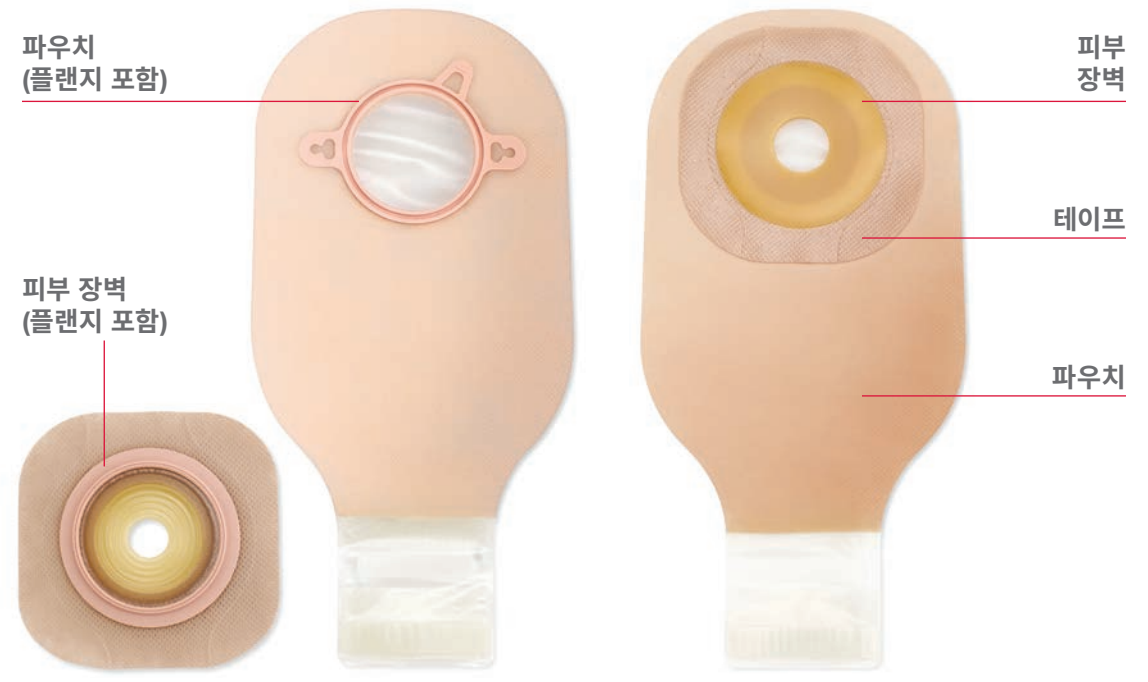
- **피부 장벽(또는 웨이퍼)**은 장루 주변에 바로 맞아야 합니다. 피부를 보호하고 파우치 시스템을 제자리에 고정하는 데 도움이 됩니다.
- 장루의 배출물을 모으는 **파우치**. 파우치는 서로 다른 요구와 장루 유형에 맞게 다양한 옵션으로 제공됩니다.

투피스 파우치 시스템

피부 장벽과 파우치는 플랜지라고 하는 플라스틱 링으로 연결된 두 개의 개별 부분입니다. 파우치는 신체에서 피부 장벽을 제거하지 않고 제거하거나 교체할 수 있습니다.

원피스 파우치 시스템

피부 장벽과 파우치는 일체형으로 교체 시 함께 제거해야 합니다.



피부 장벽의 역할

피부 장벽은 건강한 장루 주변 피부를 유지하는 데 도움이 되므로 파우치 시스템의 가장 중요한 부분입니다. 보호 기능과 우수한 밀봉력을 모두 제공하고 처음부터 피부 건강을 유지하는 피부 장벽을 사용하는 것이 중요합니다. 그렇지 않으면 장루 주변 피부에 합병증이 발생할 위험이 있을 수 있습니다.

장루 피부 장벽을 사용하여 보호

안전한 파우치 시스템은 피부 건강에 영향을 미칠 수 있는 피부 장벽 아래의 누출을 방지하는 데 도움이 되는 장루 피부 장벽을 사용하여 장루 주변을 제대로 밀봉합니다.



평평한 피부 장벽

피부에 닿는 표면적이 평평하거나 균일한 피부 장벽. 이러한 유형의 장벽은 장루가 피부보다 높게 튀어나오고 장루 주변이 모든 위치에서 평평한 경우에 사용할 수 있습니다.



볼록한 피부 장벽

장루 주변 피부를 향해 바깥쪽으로 곡선을 이루는 피부 장벽. 이 밖으로 향하는 곡선은 장루 주변 피부와 직접 닿도록 설계되어 파우치 시스템과 피부 사이의 우수한 밀봉력을 촉진하는 데 도움이 될 수 있습니다. 이러한 유형의 피부 장벽은 장루가 피부와 같은 높이이거나 피부에서 수축된 경우 또는 장루 주변 피부를 평평하게 하는 데 사용할 수 있습니다. 볼록함은 단단하거나 부드러운 것으로 분류할 수 있습니다. 장루 주변부가 단단한 경우 단단한 볼록함보다 부드러운 볼록함이 더 나을 수 있습니다. 장루 주변부가 부드러운 경우 부드러운 볼록함보다 단단한 볼록함이 더 나을 수 있습니다.

장루 피부 장벽은 테이프 옵션과 테이프가 없는 옵션으로 모두 제공됩니다. 테이프 테두리가 있는 파우치 시스템은 일부 사람들에게 향상된 안전감을 제공하고 테이프가 없는 제품은 민감성 피부 또는 접촉제 알레르기가 있는 사람들에게 적합한 옵션입니다. 장루 피부 장벽은 기존 크기이거나, 피부에 맞게 재단하거나, 피부에 맞게 모양을 만든 구멍과 함께 사용할 수도 있습니다. 어떤 피부 장벽을 선택하든 피부 장벽 구멍이 피부와 장루가 만나는 곳에 맞아야 합니다.

팁

안전한 밀봉은 피부 장벽 구멍이 피부와 장루가 만나는 장루 주변에 꼭 맞고 틈새, 주름 또는 접힌 부분을 채웠을 때입니다. 수술 후 처음 6~8주 동안은 모든 장벽을 적용하기 전에 장루 크기를 측정하여 부기 감소에 따른 장루 크기를 확인하십시오. 그 후에는 체중 증가 또는 감소와 같은 다른 요인으로 인해 장루 크기가 변하지 않았는지 주기적으로 측정하십시오.

피부 건강과 장루 피부 장벽

장루 피부 장벽은 피부 장벽에 성능 기대치를 제공하기 위해 혼합된 다양한 접착 및 유체 처리 특성을 지닌 성분 조합으로 만들어집니다. 피부 장벽 내부 성분이 함께 작용하여 다음과 같은 특성을 제공합니다.

1. **부착력** — 장벽을 피부에 부착(또는 접착)합니다.
2. **흡수** — 장루 또는 피부의 땀에서 수분을 흡수합니다.
3. **내식성** — 수분이 있는 상태에서 피부 장벽을 유지하고 올바른 착용 시간을 제공합니다.
4. **피부 건강** — 장루 주변 피부 건강을 유지하고 가장 중요한 곳을 보호합니다.

표준 착용

피부에 부드럽게 부착되지만 연속 착용 장벽보다 내구성이 떨어질 수 있는 피부 장벽. 때로는 일반 착용이라고 합니다.

연속 착용

피부에 더 강한 부착력을 부여하고 피부 손상에 대한 저항력을 높일 수 있는 특수 첨가제가 포함된 피부 장벽.

주입형 장벽

피부에 도움이 되는 추가 성분을 주입한 피부 장벽 옵션. Remois 기술*이 적용된 CeraPlus™ 피부 장벽은 세라마이드 주입형 장루 피부 장벽입니다. 피부를 구성하는 한 성분인 세라마이드는 과도한 수분 손실을 방지하고 미생물의 침입을 막는 장벽 역할을 합니다.

팁

세라마이드는 화장품, 로션 및 크림에서 찾아볼 수 있습니다. 아시다시피 로션이나 크림은 장벽의 피부 부착력을 방해할 수 있기 때문에 장루 주변 피부에 사용하지 않는 것이 좋습니다. 세라마이드 주입형 피부 장벽은 다릅니다. 세라마이드가 장벽의 일부이므로 피부 장벽의 피부 부착력에 방해가 되지 않습니다.

결장루 및 회장루 파우치 옵션 및 기능

결장루에 가장 일반적으로 사용되는 파우치 유형은 배출형 파우치 또는 말단 밀폐형 파우치이지만 배출형 파우치는 회장루에 가장 일반적으로 사용됩니다. 배출형 파우치는 파우치에서 하루에 두 번 이상 대변을 비워야 하는 사람이 사용할 수 있습니다. 파우치가 1/3~1/2 정도 차면 비웁니다. 파우치는 클램프 클로저 또는 통합 클로저(표시됨)일 수 있는 파우치 끝부분의 클로저를 사용하여 밀폐된 상태로 유지됩니다. 밀폐된 파우치는 배출하지 않고 파우치가 1/3~1/2 이상 차면 꺼내서 폐기합니다.

장루 파우치는 요구에 맞는 다양한 크기와 기능으로 제공됩니다. 다음은 결장루 및 회장루 파우치의 가장 일반적인 기능 중 일부입니다.



클램프 클로저



통합 클로저

필터

일부 파우치에는 가스 축적을 최소화할 수 있는 필터가 포함되어 있어 파우치가 풍선처럼 팽창하지 않습니다. 필터는 천천히 가스를 방출하지만 냄새는 방출하지 않습니다.



필터와 투명 전면 패널이 있는 밀폐형 파우치



보기 옵션 및 통합 클로저가 있는 배출형 파우치

가시성 옵션

- 파우치 패널(또는 필름) 옵션은 매우 투명하거나 불투명하게 사용할 수 있습니다. 또한 부드러운 덮개가 있는 파우치를 선택하여 편의성을 높이고 신중함을 더할 수 있습니다.
- 보기 옵션(원피스 시스템에서 사용 가능)은 불투명 패널의 신중함과 투명 파우치 일체형의 자신감을 제공합니다. 불투명한 플랩을 들어 올리면 장루와 배출물을 개인적으로 명확하게 관찰할 수 있습니다.

요루 파우치 옵션 및 기능

요루에 사용되는 파우치 유형을 요배액 또는 요루 파우치라고 합니다. 요루 파우치에는 파우치를 열고 닫거나 비울 수 있도록 돌린 탭이 있습니다. 요루 파우치 바닥에 있는 일부 탭에는 제거할 수 있는 캡, 배출된 파우치 및 교체된 캡이 있습니다.



요루 파우치

가시성 옵션

- 파우치 패널(또는 필름) 옵션은 매우 투명하거나 불투명하게 사용할 수 있습니다. 또한 부드러운 덮개가 있는 파우치를 선택하여 편의성을 높이고 신중함을 더할 수 있습니다.
- 보기 옵션(원피스 시스템에서 사용 가능)은 불투명 패널의 신중함과 투명 파우치 일체형의 자신감을 제공합니다. 불투명한 플랩을 들어 올리면 장루와 배출물을 개인적으로 명확하게 관찰할 수 있습니다.



보기 옵션이 있는 불투명 패널

다중 챔버 디자인

여러 개의 챔버는 파우치 내에서 소변을 더 고르게 분배하도록 설계되어 배출 사이에 파우치 팽창을 방지합니다.



투명 전면 패널, 다중 챔버 디자인 및 역류 방지 밸브가 있는 요루 파우치

역류 방지 밸브

이 밸브는 파우치 중앙을 가로지르는 곡선으로 나타납니다. 파우치의 역류 방지 밸브는 소변 역류를 최소화하는 데 도움이 됩니다. 또한 소변이 파우치 위로 역류하는 것을 방지하고 파우치를 장루 주변 피부에 연결하는 중요한 구성 요소인 피부 장벽을 침식하지 못하도록 합니다.

요루용 야간 파우치

소변 흐름은 상당히 일정하므로 요루 파우치가 밤새 여러 번 채워질 수 있다는 것에 놀랄 수 있습니다. 많은 사람들은 화장실에 가서 파우치를 비우지 않고 잠자는 동안 침대 옆 수집기로 소변이 흐르도록 하는 침대 옆 배액 수집기를 사용합니다. 요루 배출관 어댑터를 사용하여 요루 파우치를 침대 옆 배액 수집기에 연결할 수 있습니다.

요루 배출관 어댑터 사용 팁:



침대 옆 배액 수집 시스템 및 배출관 어댑터

- 침대 옆 수집기 또는 다리 부착형 소변백에 연결하기 전에 요루 파우치에 소변을 소량 남겨두어 흡입 효과를 최소화하고 소변이 수집 시스템으로 더 잘 배출되도록 합니다.
- 파우치 바닥이 뒤틀리기 시작하면 파우치가 평평해질 때까지 어댑터를 시계 방향 또는 시계 반대 방향으로 돌립니다.
- 어댑터는 다른 장루 파우치 제조업체 제품 간에 교체할 수 없습니다.



일반 장루

부속품

장루 부속품은 때때로 파우치 시스템과 함께 사용됩니다. 각 부속품은 특정 기능을 수행하며 표시된 경우에만 사용됩니다. 이러한 제품 중 하나 이상을 사용할 수 있습니다.

다음은 장루 부속품을 사용해야 하는 몇 가지 이유입니다.

- 파우치 시스템의 성능을 향상시키는 데 도움이 될 수 있습니다. 예를 들어 부속품은 착용 시간을 늘리거나 피부를 보호하는 데 도움이 될 수 있습니다.
- 누출이나 피부 자극과 같은 문제를 해결하는 데 도움이 될 수 있습니다.
- 냄새를 없애거나 야간에 화장실에 가는 것을 방지하여 삶의 질을 높이는 데 도움이 될 수 있습니다.

이 차트는 몇 가지 일반적인 장루 부속품에 대해 설명합니다.

상황	사용할 부속품	예	사용에 대한 설명**
장루와 피부 장벽 구멍 주변을 제대로 밀봉하고 싶은 경우	메움제를 바릅니다.		이 부속품은 접착제나 풀이 아닙니다. 페이스트를 너무 많이 사용하면 우수한 피부 장벽 밀봉력에 방해가 될 수 있습니다. 장루가 있을 구멍 옆의 피부 장벽 안쪽 가장자리에 페이스트를 바릅니다.
울퉁불퉁한 피부 표면을 채우고 싶거나 장루와 피부 장벽 구멍 사이에 틈이 있는 경우	피부를 보호하고 울퉁불퉁한 피부 영역을 채우거나 페이스트 대신 사용할 수 있는 배리어 링.		평평한 링은 당겨서 모양을 만들거나 조각으로 사용하여 틈새, 주름 또는 접힌 부분을 채울 수 있습니다. 원형 또는 타원형의 볼록한 링은 장루 주변에 균일한 압력을 가하여 맞춤형 적합성을 제공합니다. 깨끗하고 건조한 피부 또는 파우치 시스템의 피부 장벽 접착면에 붙입니다.
피부가 약간 자극*이 있고 축축한 경우	피부에서 수분을 흡수하는 장루 파우더.		파우더가 쌓입니다. 여분의 파우더를 털어냅니다. 피부가 더 이상 축축하지 않으면 사용을 중지합니다. 피부 자극을 방지하기 위한 목적으로 또는 붉지만 축축하지 않은 피부에는 장루 파우더를 사용하지 마십시오.
대변용 장루가 있어서 파우치를 비우거나 교체할 때 냄새를 줄이거나 파우치 내용물을 더 쉽게 비우고 싶은 경우	냄새를 줄이고 더 쉽게 비울 수 있는 윤활 탈취제.		새 파우치에 약 1티스푼 또는 한 패킷을 추가한 후 문질러서 파우치 내부를 코팅합니다. 필터에는 사용하지 마십시오. 파우치를 비울 때마다 추가합니다. 요루 파우치와 함께 사용하지 마십시오.
안전감을 높이고 싶은 경우	장루 파우치를 고정할 수 있는 장루 벨트. 보건의료직 종사자가 볼록함을 향상시키기 위해 벨트를 권장할 수 있습니다.		장루와 일직선이 되게 몸에 착용해야 합니다. 벨트 탭이 있는 파우치 시스템에만 사용할 수 있습니다.
움직일 때마다 따라 움직이는 피부 장벽을 위한 추가 접착 보호	피부 장벽 주변에 맞춤형 프레임을 만드는 장벽 확장기.		얇고 유연한 스트립은 울퉁불퉁한 신체 윤곽을 맞추는 데 도움이 됩니다. 장벽 가장자리 리프팅을 줄이면 착용 시간을 늘리는 데 도움이 될 수 있습니다.
소변용 장루가 있어서 침대 옆 배액 수집기 또는 다리 부착형 소변백에 연결하고 싶은 경우	배출관 어댑터.		침대 옆 수집기 또는 다리 부착형 소변백에 연결하기 전에 요루 파우치에 소변을 소량 남겨두어 흡입 효과를 최소화하고 소변이 수집 시스템으로 더 잘 배출되도록 합니다.

이러한 장루 부속품과 기타 장루 부속품에 대해 자세히 알아보려면 장루 제품 제조업체 또는 공급업체의 웹사이트나 카탈로그를 확인하십시오.

*장루 주변 피부에 문제가 있는 경우 보건의료직 종사자와 상의하십시오.
**사용법은 제품별 지침을 참조하십시오.



실천
자기 관리

장루 수술 후 몸과 마음을 돌보는 것이 중요합니다.

피부 건강 유지

건강한 장루 주변 피부를 유지하려면 건강한 피부 세정 습관을 형성하는 것이 중요합니다. 피부 장벽은 깨끗하고 건조한 피부에 가장 잘 부착됩니다. 장벽을 교체할 때마다 장루 주변 피부를 세정하고 평가하는 습관을 들이십시오. 장루 주변 피부를 관리할 때는 제품을 덜 사용하는 것이 좋습니다. 대부분의 사람들은 물만으로도 피부를 씻을 수 있습니다. 비누와 세안제는 일반적으로 피부에 잔여물을 남겨 피부 장벽을 붙이는 데 방해가 될 수 있으므로 권장되지 않습니다.

피부 상태를 계속 살펴보는 것도 중요합니다. 파우치를 교체하는 과정에서 피부를 정기적으로 평가하여 발진, 발적 또는 자극의 징후가 있는지

찾으십시오. 피부 자극은 정상이 아닙니다. 장루 주변 피부가 붉어지거나, 갈라지거나, 축축하다면 장루 관리 전문 간호사의 도움을 받으십시오.

누출은 피부 자극의 주요 원인 중 하나이며 누출을 방지하는 한 가지 방법은 파우치 시스템의 피부 장벽이 장루 주변에 빈틈없이 맞도록 하는 것입니다. 장루 측정 가이드로 장루를 측정하여 피부 장벽 구멍이 장루의 크기와 모양에 맞는지 확인하십시오. 필요한 경우 장루 부속품을 사용하여 틈새, 주름 또는 접힌 부분을 채우십시오.

목욕 또는 샤워

장루가 있어도 예전처럼 샤워나 목욕을 할 수 있습니다. 비누와 물이 장루로 흘러 들어가거나 어떤 식으로든 장루를 손상시켜서는 안 됩니다. 파우치 시스템을 착용하거나 착용하지 않은 상태에서 샤워 또는 목욕을 할 수 있으며 원하는 대로 선택할 수 있습니다. 때로는 비누 잔여물이 피부 장벽이나 접착제의 피부 부착력을 방해할 수 있습니다. 따라서 보습제, 오일 및 잔여물이 전혀 없는 비누나 세안제를 선택하십시오.

투피스 파우치 시스템을 사용하는 경우 샤워용 파우치를 다른 파우치로 변경하여 착용한 파우치의 건조함을 유지하는 것이 편리할 수 있습니다. 파우치를 제거한 상태에서 샤워나 목욕을 하려면 피부 장벽도 함께 제거하여 과도한 수분에 노출되지 않도록 하는 것이 좋습니다.

식단 및 수분 섭취 유지

요루가 있는 경우 대부분 사람들의 식단에 거의 영향을 미치지 않습니다. 신장 기능을 제대로 유지하고 요로 감염을 예방하려면 매일 충분한 양의 물을 마셔야 합니다. 비트를 먹으면 소변이 붉은빛을 띠는데, 이는 일시적인 현상이므로 걱정할 필요가 없습니다. 또한 아스파라거스, 해산물, 영양 보충제, 일부 약물은 소변 냄새에 영향을 줄 수 있습니다. 식단이나 수분 섭취에 대해 궁금한 점이 있으면 보건의료직 종사자, 장루 관리 전문 간호사 또는 영양사와 상의하십시오.

결장루나 회장루가 있는 경우 수술 직후 식단이 제한될 수 있습니다. 최상의 치유를 촉진하고 수술 전후로 감소했을 수 있는 체중을 회복하려면 건강한 식단을 다시 확립하는 것이 중요합니다. 수술에서 회복한 후에는 별도의 지시가 없는 한 평소 식단으로 돌아갈 수 있어야 합니다. 그러나 특정 음식이 냄새나 배출물의 균기에 영향을 줄 수 있다는 것을 아는 게 중요합니다.

자세한 내용은 30페이지에서 확인하십시오.

일반 식단 지침

- 균형 잡힌 식사를 합니다.
- 음식을 천천히 먹고 잘 씹습니다.
- 매일 충분한 양의 물을 마십니다.
- 식단에 다양한 음식을 점진적으로 추가하여 해당 음식이 시스템과 어떻게 적합한지 확인합니다.

장루 유형별 특별 고려 사항

! 결장루가 있는 경우 변비에 주의하십시오.
결장루가 있으면 변비가 생길 수 있습니다. 변비의 원인으로는 섬유질이 부족한 식단과 부족한 수분 섭취가 있습니다. 때로는 수분 섭취나 섬유질 섭취를 늘리기만 하면 문제가 해결됩니다. 변비가 지속되면 보건의료직 종사자와 상의하십시오.

! 결장루나 회장루가 있는 경우 설사에 주의하십시오.
여전히 다양한 이유로 설사를 할 수 있습니다. 배액의 대부분이 수분 배출로 바뀌고 배액량이 현저하게 증가하면 설사를 할 수 있습니다. 설사를 하는 동안에는 묽은 변을 야기하는 음식과 음료를 피하십시오. 설사를 하는 경우에는 수분을 더 많이 섭취해서 탈수를 방지해야 합니다. 탈수 징후로는 입 건조, 어두운 색의 소변, 소변량 감소, 쇠약, 근육 경련 및 실신이 있습니다. 설사가 지속되면 보건의료직 종사자에게 연락하십시오.

! 회장루가 있는 경우 음식 막힘에 주의하십시오.
회장루가 있으면 장이 부어서 좁아질 수 있습니다. 이러한 현상은 일반적으로 수술 후 처음 4~6주에 발생하며 일부 음식물을 소화하기가 어려울 수 있습니다. 물 설사를 동반하거나 대변 배출이 없는 경련 및 복통은 음식 막힘 또는 폐색을 나타낼 수 있습니다. 폐색이나 음식 막힘이 의심되면 즉시 의료 서비스 제공자에게 연락하십시오.

대변이 걸쭉해질 수 있는 음식은 다음과 같습니다.

- | | | | |
|---------|----------------------|-----------|--------|
| • 사과 소스 | • 크림상 땅콩 버터(당어리가 아님) | • 국수(조리됨) | • 흰 빵 |
| • 바나나 | • 마시멜로 | • 프레즐 | • 요구르트 |
| • 치즈 | | • 백미 | |

냄새 및 가스 관리

오늘날 장루 파우치는 냄새 차단 필름으로 제작되어 파우치 내부에서 배출물 냄새를 차단하도록 설계되었습니다. 파우치를 비우거나 교체할 때만 냄새가 날 것입니다. 다른 경우에 냄새가 나면 파우치 밀봉 부분에 누출이 있는지 확인하십시오.

파우치를 정기적으로 비우면 누출 위험이 줄어들면서 냄새를 줄이는 데 도움이 될 수 있습니다. 파우치가 1/3~1/2 정도 차면 비우십시오(보통 하루에 4~6회). 파우치 시스템을 교체하기 가장 좋은 시간은 아무것도 먹거나 마시기 전의 아침입니다.

결장루나 회장루가 있는 경우 수술 후 장이 제 기능을 하기 시작하면 파우치에 가스가 차는 것을 알 수 있습니다. 가스양은 각기 다릅니다. 수술 전에 가스가 많이 찼다면 수술 후에도 비슷한 경험을 할 것입니다. 가스가 차는 것은 정상이지만 무언가를 마시거나 음식을 먹으면 가스가 더 많이 생성될 수 있습니다. 공기를 삼키면서 발생하는 결과일 수도 있습니다. 탄산음료 섭취, 흡연, 껌 씹기, 입을 벌리고 씹는 행위는 모두 그 과정에서 함께 삼키게 되는 공기량을 증가시킬 수 있습니다. 아스파라거스, 해산물 등 일부 식품, 영양 보충제 및 일부 약물은 소변에서 강한 냄새가 나게 할 수 있습니다.

냄새와 가스를 증가시킬 수 있는 음식 및 음료는 다음과 같습니다.

- 아스파라거스
- 콩
- 맥주
- 양배추과
- 탄산 음료
- 계란(삶음)
- 생선
- 멜론
- 유제품
- 양파
- 매운 음식

팁

결장루나 회장루가 있어서 가스가 걱정된다면 필터가 있는 파우치를 사용할 수 있습니다. 필터는 파우치에서 천천히 가스를 방출하지만 냄새는 방출하지 않습니다. 또한 가스가 축적되는 것을 방지하므로 파우치가 풍선처럼 팽창하지 않습니다. 필터는 더 정형화된 배출물에서 가장 잘 작동하지만 다른 배출물 균기에서도 사용할 수 있습니다.

약물 복용

일부 약물 또는 영양 보충제는 대변의 색, 냄새 또는 균기에 변화를 줄 수 있습니다. 제산제와 같은 일반 약물이라도 변비나 설사와 같은 변화를 일으킬 수 있습니다.

약물을 복용하기 전에 보건의료직 종사자나 약사에게 문의하는 것이 좋습니다.

회장루가 있는 경우 일부 약물은 결장을 제거했을 때 완전히 흡수되지 않을 수도 있습니다. 이러한 약물 유형은 다음과 같습니다.

- 장용제
- 시한 방출
- 서방출 또는 지속 방출

세척

세척은 하행 결장루 또는 S상 결장루가 있는 사람을 위한 옵션일 수 있습니다. 결장루 세척의 목적은 배변 시기를 조절할 수 있도록 하는 것입니다. 세척을 통해 매일 일정 시간에 결장이 비워지도록 훈련합니다.

세척은 장루에 물을 넣는 관장과 유사합니다. 정기 세척은 의사의 지시에 따라 이루어지며 요루 또는 회장루가 있는 사람에게는 적합하지 않습니다. 세척 기법을 배우는 데 관심이 있다면 보건의료직 종사자에게 자세한 정보를 문의하는 것이 매우 중요합니다.

각종 요로 감염 확인

요로 전환이 있는 사람은 각종 요로 감염이 발생할 수 있습니다. 그러면 신장에 문제가 생길 수 있습니다. 이러한 증상 중 하나라도 발견하면 보건의료직 종사자나 장루 관리 전문 간호사에게 연락하십시오.

요로 감염의 몇 가지 경고 징후는 다음과 같습니다.

- 어두운 색의 탁한 소변
- 열
- 냄새가 강한 소변
- 식욕 상실
- 등허리 통증(신장 위치)
- 오심
- 구토

보건의료직 종사자는 요로 감염 가능성을 확인하기 위해 소변 표본을 채취할 수 있습니다. 실험실 시험을 위한 소변 표본은 새로운 파우치나 도뇨 표본에서 채취해야 하며 기존 파우치나 침대 옆 백에서 채취해서는 안 됩니다.

감정 다루기

장루 수술을 받은 사람들은 저마다 서로 다른 감정과 반응을 보입니다. 어떤 사람들은 친구, 가족 또는 비슷한 경험을 지닌 사람들과 이야기를 나누면서 자신의 감정을 표현합니다. 또 어떤 사람들은 현재 자신의 상황에 대해 읽고 배우는 것이 가장 잘 맞다고 생각합니다.

강하고 강렬한 감정을 혼자만 갖고 있어서는 안 됩니다. 사랑하는 사람들에게 그러한 감정을 털어놓고 함께 이야기를 나누고 의논하면 감정을 극복하는 데 도움이 될 수 있습니다. 감정이 삶의 질에 영향을 미친다고 생각되면 보건의료직 종사자나 지원 그룹과 상의하십시오. 장루 지원 그룹은 직접 또는 온라인으로 활동할 수 있습니다. 장루 관리 전문 간호사가 지원을 찾는 데 필요한 정보를 제공할 수 있습니다.



일반 관리 지침

- 파우치가 대변, 가스 또는 소변으로 1/3에서 2/2까지 차면 파우치를 비우십시오.
- 요루가 있는 경우 밤에는 침대 옆 배액 수집 시스템을 사용하거나 밤중에 규칙적으로 일어나 파우치를 비우십시오.
- 정기적으로 피부 장벽을 교체하십시오. 무엇이 가장 적합한지 알게 되면 이것에 더 익숙해질 것입니다.
- 착용 시간은 개인 선호도, 장루 특성 및 피부 장벽 유형에 따라 다릅니다.
- 비누를 사용하는 경우 잔여물을 남길 수 있는 크림, 로션 또는 오일이 포함되지 않았는지 확인하십시오. 잔여물이 있으면 피부 장벽의 부착력을 방해할 수 있습니다.
- 피부 장벽을 사용하기 전에 장루 주변 피부가 깨끗하고 건조한지 확인하십시오.
- 누출과 피부 자극을 방지하기 위해 피부 장벽과 장루 사이에 피부가 보이지 않는지 확인하십시오.
- 투피스 파우치 시스템을 착용한다면 몸에 피부 장벽을 다이아몬드 형태로 배치하여 보다 부드러운 핏을 연출해 보십시오.
- 피부 장벽을 사용한 후, 피부에 잘 부착되도록 약 1분 정도 부드럽게 눌러줍니다.
- 피부 장벽과 파우치를 그대로 유지한 상태에서 샤워 또는 목욕을 하거나 목욕 전에 제거하여 물 때문에 장루가 손상되거나 장루로 물이 흐르지 않도록 할 수 있습니다.
- 샤워하기 전에 투피스 시스템에서 파우치를 제거하면 피부 장벽의 부착력에 영향을 미칠 수 있습니다. 따라서 파우치를 그대로 착용하거나 파우치와 피부 장벽을 모두 제거하는 것이 가장 좋습니다.
- 장루 주변 피부를 정기적으로 평가하면서 피부가 건강한지 확인하고 문제를 적시에 해결하십시오.
- 장루 주변 피부가 붉어지거나, 갈라지거나, 축축하거나, 파우치 시스템이 제자리에 있지 않으면 보건의료직 종사자나 장루 관리 전문 간호사와 상의하십시오.



일상

생활

보건의료직 종사자가 적합하다고 말하면 일상적인 활동을 재개할 수 있습니다. 파우치 시스템에 익숙해지고 생활 방식에 맞는 일정을 개발할 것입니다.

옷

장루 수술 후 많은 사람들이 옷 아래로 파우치가 보일까 봐 걱정합니다. 어떤 사람들은 '일반' 옷을 입을 수 없거나 자신의 몸보다 더 큰 옷을 입어야 한다고 생각합니다. 수술 전에 입던 것과 같은 종류의 옷을 입을 수 있어야 합니다.

실제로 오늘날 사용되는 파우치는 납작하고 몸에 꼭 맞기 때문에 따로 말하지 않으면 아무도 파우치를 착용하고 있다는 사실을 모를 것입니다. 파우치를 정기적으로 비우면 파우치가 너무 팍 차서 팽출되는 것을 방지할 수도 있습니다.

파우치는 속옷 내부 또는 외부에 착용할 수 있습니다. 자신에게 가장 편안한 옵션을 선택하십시오.

활동, 운동 및 스포츠

보건의료직 종사자가 적합하다고 말하면 일상적인 활동을 재개할 수 있습니다. 장루는 운동이나 신체 활동을 방해하지 않을 것입니다. 접촉이 많은 극도로 거친 스포츠나 매우 무거운 물건 들어올리기 외에는 수술 전과 똑같은 신체 활동을 즐길 수 있어야 합니다.

장루가 있는 사람은 수술 전과 마찬가지로 수영, 수상 스키 또는 스노우 스키, 골프, 테니스, 배구, 소프트볼, 하이킹, 요트 타기 또는 조깅을 할 수 있습니다. 열과 습기는 파우치 시스템의 착용 시간을 단축시킬 수 있습니다. 따뜻한 계절에 활동을 하고 나면 피부 장벽이 어떻게 기능하는지 관찰해야 합니다. 수영하기 전에 안전감을 추가하기 위해 피부 장벽의 가장자리에 장벽 확장기를 추가할 수 있습니다.

- 수영하기 전에 파우치를 비우십시오.
- 수영하기 전에 피부 장벽의 가장자리에 장벽 확장기를 추가할 수 있습니다.
- 온수 욕조나 사우나에서 파우치를 착용할 경우 더 자주 교체해야 할 수도 있습니다.

직장 복귀 및 여행

모든 수술이 그렇듯이 회복하려면 시간이 필요합니다. 직장에 복귀하거나 힘든 활동을 시작하기 전에 보건의료직 종사자와 상의하십시오. 수술에서 회복되면 장루 때문에 활동을 제한해서는 안 됩니다. 직장에 복귀하거나 거의 모든 곳을 여행할 수 있어야 합니다. 보건의료직 종사자가 그에 따라 안내하고 지시할 것입니다.

여행 시 장루 용품을 함께 챙겨 가십시오. 필요하다고 생각되는 것보다 더 많이 챙기는 것이 좋습니다. 여행 도중 용품을 구입해야 하는 경우 전 세계의 일부 의료 또는 외과 소매점에서 장루 제품을 구입할 수 있습니다.

- 비행 시 장루 용품을 기내 반입 가방에 넣으십시오.
- 액체류, 젤, 가위, 에어로졸 반입 제한 사항에 대해 항공사에 확인하십시오.
- 장루 수술을 받은 정보가 포함된 여행 카드를 찾아 소지하십시오. 그러면 공항 보안 직원과 의사소통할 때 도움이 될 수 있습니다.
- 안전벨트는 장루 위 또는 아래에 착용하십시오.
- 장루 제품을 서늘하고 건조한 곳에 보관하십시오.
- 여행 시 현지 장루 관리 전문 간호사에게 연락할 곳을 알아두십시오.
- 요루 파우치를 사용하는 경우 파우치가 1/3에서 1/2까지 찼을 때 이를 비울 수 없다면 다리 부착형 소변백을 사용하십시오.



성 및 성행위

장루 수술은 신체를 변형시키는 시술이다 보니 많은 사람들이 이 시술이 연인 또는 배우자와의 신체적 및 정서적 관계에 어떤 영향을 미칠지 걱정합니다. 연애 중인 사람들의 가장 큰 걱정은 장루에 대해 언제 그리고 어떻게 말해야 하는지입니다. 힘을 주는 대인 관계는 모든 유형의 수술 후 치유의 주요 원천이 될 수 있습니다.

장루 수술은 관계를 맺은 두 연인 모두에게 영향을 미치며 두 연인이 각자의 방식으로 조정해야 하는 문제입니다. 장루를 성교에 절대 사용하고 싶지는 않지만 성행위가 본인 또는 본인의 장루에 해를 끼치지 않는다는 것을 연인에게 알려주십시오. 수술 후 감정을 조절하는 것에 대해 우려 사항이 있으면 보건의료직 종사자나 장루 관리 전문 간호사와 상의하십시오.

- 성관계를 맺기 전에 파우치를 비우십시오.
- 성행위는 본인 또는 본인의 장루에 해를 끼치지 않습니다.
- 불투명한 파우치나 파우치 덮개를 사용하여 파우치 내용물을 숨길 수 있습니다.
- 실내복은 파우치를 숨기고 몸에 가깝게 유지할 수 있습니다.

부모성

아이를 가질 계획이라면 기쁘게도 일반적으로 장루가 있는 사람도 충분히 회복한 후에 여전히 아이를 가질 수 있습니다. 많은 사람들이 장루 수술을 받고 나서 부모가 되었습니다. 장루가 있는 상태에서 임신하는 것에 대해 궁금한 점이 있으면 보건의료직 종사자나 장루 관리 전문 간호사에게 문의하십시오.



관계 및

지원 찾기

오늘날의 장루 파우치 시스템은 눈에 띄지 않게 설계되었습니다. 아무도 파우치를 착용하고 있다는 것을 알 필요가 없습니다.

누구에게 말할지 그리고 어떻게 이야기할지 결정하는 것은 오롯이 여러분의 몫입니다. 알아야 한다고 생각하는 사람들에게는 솔직하게 털어놓되 중요하다고 생각하지 않는 한 다른 사람들에게는 말하지 마십시오. 주변 사람들은 여러분이 하는 대로 따라 할 것입니다. 자신의 건강에 대해 편안하고 자신감 있으며 솔직한 태도를 보인다면 사람들은 일반적으로 이를 흔쾌히 받아들이고 영향을 받지 않습니다.

다른 사람과의 대화

장루는 삶의 일부입니다. 가족과 연인이 살아가는 삶의 일부이기도 합니다. 어떤 사람들은 연인이나 가족 구성원이 응급상황 시 파우치를 교체하고 비우는 방법을 알고 있으면 유용하다고 생각합니다. 가까운 사람들에게 장루 관리에 대해 자세히 알려주면 관계를 강화하고 마음의 평화를 얻는 데 큰 도움이 될 수 있습니다.

친구, 친척, 동료들도 여러분을 걱정할 수 있습니다. 특히 일정 기간 동안 아팠다면 더욱 그럴 것입니다. 여러분이 좋아진 모습을 보면 기뻐할 뿐만 아니라 어떤 치료를 받았는지 알고 싶어 할 것입니다. 물론 다른 사람에게 얼마나 자세히 얘기할지 결정하는 것은 여러분의 선택입니다.

다음은 다른 사람과 장루에 대해 이야기할 생각인 경우 도움이 될 수 있는 몇 가지 팁입니다.

- 자녀나 손주에게 장루 또는 장루 수술에 대해 이야기하는 경우 이러한 질문에 답하는 데 도움이 되도록 장루 제조업체에서 구할 수 있는 연령에 맞는 책과 인형이 있습니다. 솔직하고 간단한 설명이 중요하며 어린 가족 구성원들과 좋은 관계를 형성하는 데 도움이 됩니다. 어디까지 얘기할 것인지 그리고 장루를 보여줄 것인지는 가족의 성격과 나이에 따라 다릅니다.
- 가까운 사이가 아닌 사람들에게 이야기하는 경우 호기심을 충족시키는 한 가지 방법은 여러분의 삶에 위협이 되는 중병에 걸렸다고 설명하는 것입니다. 그로 인해 큰 수술을 받았고 현재 파우치를 착용하고 있다고 얘기합니다. 이렇게 설명하면 여러분이 더 많은 정보를 제공하고 싶지 않은 한 물어볼 수 있는 다른 질문은 거의 없습니다.

- 새로운 연애를 하고 있다면 육체적 관계로 넘어가기 전에 현재 상황에 대해 논의하는 것이 중요합니다. 스스로 간단히 설명하는 연습을 하면서 미리 계획하십시오. 수술을 받아야 하는 중병에 걸렸다는 사실부터 시작하십시오. 그 결과 파우치를 착용하고 있다고 설명합니다. 자신의 현재 상황에 대해 이야기하는 방법을 연습하면 새 연인이 될 수 있는 사람에게 편안하게 설명할 수 있는 기회를 더 쉽게 찾을 수 있습니다.



용어집

밀폐형 파우치

주둥이나 클램프가 없는 파우치. 비우려면 제거해야 합니다.

결장루

대장(또는 결장)에 외과적으로 만든 구멍.

볼록한 피부 장벽

평평하지 않고 장루 주변 피부를 향해 바깥쪽으로 곡선을 이루는 피부 장벽. 볼록함은 부드럽거나 단단한 것으로 분류할 수 있습니다.

피부에 맞게 재단한 피부 장벽

장루에 맞는 크기와 모양으로 절단할 수 있는 피부 장벽.

배출형 파우치

바닥에 구멍이 있는 결장루 또는 회장루 파우치. 파우치를 비울 때까지 통합 클로저 또는 클램프를 사용하여 파우치를 밀봉합니다.

연속 착용 피부 장벽

피부에 더 강한 부착력을 부여하고 피부 손상에 대한 저항력을 높일 수 있는 특수 첨가제가 포함된 피부 장벽.

필터

결장루 또는 회장루 파우치에서 냄새가 아닌 가스만 방출합니다.

플랜지

투피스 파우치 시스템의 두 부분을 함께 연결하는 데 사용되는 플라스틱 링.

평평한 피부 장벽

피부에 부착되는 표면적이 평평하거나 고른 피부 장벽.

회장루

소장(또는 결장)에 외과적으로 만든 구멍.

주입형 피부 장벽

세라마이드 등의 추가 성분을 주입하여 처음부터 장루 주변 피부를 건강하게 유지해주는 피부 장벽 옵션.

원피스 파우치 시스템

피부 장벽과 파우치가 일체형입니다.

장루

위장관이나 요로에 외과적으로 만든 구멍. 스토마라고도 합니다.

장루 주변 피부

피부/장루가 만나는 곳에서 시작하여 피부 장벽을 덮은 부분까지 바깥쪽으로 확장되는 장루 주변 영역.

파우치

장루의 배출물을 모으는 가방.

파우치 시스템에는

피부 장벽과 파우치가 포함되어 있습니다. 옵션은 원피스 또는 투피스 파우치 시스템입니다.

기존 크기의 피부 장벽

이미 장루에 적합한 크기로 절단된 장벽 구멍.

피부 장벽

장루 주변에 딱 맞는 파우치 시스템의 일부입니다. 장루 주변 피부를 보호하고 파우치 시스템을 제자리에 고정합니다. 웨이퍼라고도 합니다.

표준 착용 피부 장벽

표준 착용피부에 부드럽게 부착되지만 연속 착용 장벽보다 내구성이 떨어질 수 있는 피부 장벽. 때로는 일반 착용이라고 합니다.

스토마

위장관이나 요로에 외과적으로 만든 구멍. 장루라고도 합니다.

투피스 파우치 시스템

피부 장벽과 파우치가 두 개의 개별 부분입니다.

요루

소변을 배출하기 위해 만든 장루.

요루 파우치

소변을 비울 수 있도록 배출 탭이 바닥에 있는 파우치.

착용 시간


파우치 시스템이 고장날 때까지 착용할 수 있는 시간입니다. 착용 시간은 각기 다를 수 있지만 사람마다 상당히 일관성이 있어야 합니다.

WOC(상처, 장루, 실금) 간호사

장루 관리를 전문으로 하는 추가 교육을 받은 간호사입니다.

Hollister Incorporated
2000 Hollister Drive
Libertyville, Illinois 60048
1.800.323.4060

www.hollister.com

**Remois는 Alcare Co.,
Ltd.의 기술입니다.*  **Remois**

CE 사용하기 전에 사용 지침을 읽어 사용 목적, 금기 사항, 경고, 주의 사항 및 사용 지침에 대한 정보를 숙지하십시오.

모든 제품에 CE 마크가 표시되어 있는 것은 아닙니다.

Hollister, Hollister 로고, Adapt, Conform 2(EU), Moderma(EU), New Image(US), Premier(US), Secure Start 및 "Healthy skin. 긍정적인 결과."는 Hollister Incorporated의 상표입니다. 기타 모든 상표는 해당 소유자의 자산입니다. © 2022 Hollister Incorporated.

