



透析腎友-保命要防跌

桃園醫院血液透析室護理長姚美惠

日出日落，花開花懈，有生有死是自然的現象。但根據統計腎友因跌倒骨折而致合併症死亡率為正常人的 2 倍以上，因功能衰退，鈣磷功能調節失常亦造成腎性骨病變，骨骼就像水泥一般，一經碰撞就如石灰般脆化、瓦解，因此透析腎友保命跌是十分重要的工作。

腎友跌倒最易好發的三大時機為：

1.洗腎後：

臥床 3-4 小時，改變臥位時即易產生姿位性低血壓，一暈眩、腳無力，此時最易發生跌倒。

2.洗腎中：

液外循，藉由過濾、滲透作用以達血液淨化目的，此時如突然腹痛，不一定真的是吃壞肚子需至洗手間，此時應先量血壓，因血壓太低也會造成腹絞痛，如血壓偏低應先暫停透析，趕血回體內，再次測量血壓，如血壓仍偏低時絕對禁止下床如廁，應使用床上便盆或包尿布，否則病人易因低血容積而造成暈眩、跌倒的情形發生

3.早晨起床如廁時：

易因低血壓、暈眩而造成跌倒。

腎友保命要防跌，以下為注意事項：

1. 改變臥位動作要慢。
2. 如感暈眩、腳無力，勿勉強行走，尤其是如廁。
3. 如有感身體不適應主動告知醫護人員或家人。

臨床上遇見許多腎友已感暈，但勉強自己開車，而導致車禍亦或是發生跌倒，其後果皆十分的嚴重，硬朗的身體也會一夕間改變，除了多了病痛、行動不便、體力大不如前，甚至因此臥床而產生致命的併發症。保命要防跌絕對不可輕忽，祝福您平安喜樂，勿忘叮嚀，署桃關心您。