



透析患者遭遇重大災難時的因應之道

桃園市 桃安診所 陳建克醫師

【前言】

近日來各種媒體不斷的對鄰國日本 311 融合地震、海嘯、火災、核災的複合式九級大地震進行報導，怵目驚心的災情令人憂心。對於同處地震帶、同樣海島地形經常遭受颱風、豪雨、土石流肆虐的台灣，豈能不防患於未然。試想萬一遭遇相同場景，對於需要充足電力、純淨用水的血液透析，以及需要乾淨空間、自行灌注藥水的腹膜透析腎友們，將是一大衝擊。除了要盡力在災難中避險求生，災難後如何持續接受透析及相關醫療更是生死存亡的關鍵。茲就遭遇重大緊急災難前、後注意事項，提供筆者淺見給予各位腎友參考(尤其是血液透析患者)。

【重大緊急災難前 平時準備工作】

『瞭解自身居住環境 勿因重大災難而阻斷災後透析之路』

根據「行政院農業委員會水土保持局」土石流防災資訊網顯示：目前台灣土石流潛勢溪流數共有 1 5 5 2 條，桃園地區有 5 1 條，其中以復興鄉 3 0 條最多，其次是龜山鄉 1 0 條，桃園市會稽里也有 2 條。若居住在土石流潛勢溪流區域內的腎友，應隨時注意颱風動態及豪雨資訊，一旦發布土石流警戒就應提早撤離至安全區域。一方面避免土石流掩埋危機，另一方面也能預防因交通阻隔而延誤透析治療時機。此外居住山地偏遠地區、往常容易發生淹水或道路交通中斷地區的民眾，也要有相同危機意識提早撤離，以免自斷生路，延誤透析時機。

『慎選安全無虞透析場所 具備緊急供電系統及安全存量蓄水水塔』

重大緊急災難發生後，尤其是強烈地震、颱風或水災，電力設施和自來水供應系統常首當其衝而受重創。相信大家對 2001 年「納莉颱風」造成台北百年水患及 2009 年「莫拉克颱風」八八水災重創中南部記憶猶新。風災合併豪雨引發淹水與土石流不僅會造成多處交通中斷、電力設施受損，自來水廠也會因河水含大量泥沙濁度升高而無法正常供水。2009 年「莫拉克颱風」來襲後，台灣腎臟醫學會曾因此緊急呼籲縣市緊急災難救援中心：協助優先後送洗腎患者及以消防車載運水源的方式，解決透析院所用水燃眉之急，保障洗腎災民透析權益及生命安全。除了被動依賴各縣市緊急救難中心、腎臟醫學會或當區腎友協會的協助外，血液透析腎友們也應慎選洗腎場所，務必具有緊

急供電及足量蓄水設施，一旦長時間停水或停電，即能持續透析治療，延長等待救援或後送安全場所透析的緩衝時間。

『準備緊急救難包 除緊急救難物品外應包含平時必用藥物一周』

近年來台灣接連遭遇 1999 年「921 地震」、2001 年「納莉颱風」、2009 年「莫拉克颱風」及去年 10 月間造成宜蘭蘇澳大淹水的「梅姬颱風」等重大天然災害。因應全球氣候異常，天然災害規模似乎愈形重大，經常可以聽聞又是創紀錄的雨量或是百年罕見的洪水或強震。對於此一鉅變，對於需要經常性醫療及透析照護的腎友們，需要比常人有更多的準備。對於時下流行的緊急救難包(準備物品可以參照網路資料或坊間也有簡易現成救難包販售)，敝人建議更應隨身準備一周以上的必要性用藥(如高血壓、心血管疾病、糖尿病用藥等)和降血鉀藥粉，萬一遭遇危難，方不至於因藥物匱乏而造成立即性的危險，喪失等待救援的機會。

【透析進行中遭遇重大災難時 緊急應變事項】

『迅速疏散病人至安全場所』

血液透析單位應擬定緊急災難應變計畫並定期演練，遭遇重大災難時應遵照處理流程疏散病人。若時間許可，請將血液趕回體內，若時間緊迫，則停止血液幫浦立即停止透析，血不趕回，將動脈側和靜脈側血液迴路並排，同時用兩支止血鉗夾住，兩支止血鉗中間用剪刀剪斷。迅速脫離透析機器疏散至安全場所，待情況穩定後，再幫病人拔針、止血、消毒。

『確保透析場所安全及水電供應正常，始可開始透析』

隨時注意病人來往之安全及重大災難現況，確保透析場所安全無虞及水電供應系統正常，才可開始透析。若災害無法短時間恢復，且病患無法自行前往最近可到之透析場所時，應協助連絡病患(尤以須迅速透析否則有立即危險之腎友優先)所在警察或消防單位，安排後續透析事宜。

【重大緊急災難後 因應生存之道】

『儘速取得外界聯絡 安排可以接受透析場所』

腎友應熟記自身透析場所、所屬各腎友會、當地村里長或災害防治中心緊急聯絡電話(可記錄於隨身筆記本放置於緊急救難包中)。當電話通訊尚未斷絕時可以迅速取得諮詢或外援，安排安全透析場所。當然災害規模夠大時，通常通訊會隨時中斷，但一旦通訊恢復即能保握黃金時間對外求援，也不致臨危而慌不知所措。

『短時間無法取得外援的求生之道』

遭遇重大災難後切勿過度慌張，盡管暫時與世隔絕，切記短時間內無法接受透析治療(無論血液或腹膜透析)，唯二會造成立即生命危險的是：高血鉀及心肺積水。或許以下叮嚀可以延長等待救援及後送透析時間，增加腎友存活機會。

〔禁食高鉀食物〕

重大災難發生總是迅雷不及掩耳，若所幸身邊尚有食物可以取得，也務必遵從平時尿毒飲食衛教。特別避免高鉀食物，並應多攝取含高熱量及油脂的食物，防止體內熱量不足、酮酸中毒而升高血鉀濃度。若又可以取得降鉀藥粉配合使用，更能延緩血鉀升高速度，爭取等待透析時間。

〔禁食含過多鹽分的食物及避免飲用大量水分〕

遭逢鉅變時切記勿自亂方寸，仍應謹守平日限水飲食。大多腎友已無尿液產生，相對而言可以比一般人減少對水分的需求，也較無立即脫水危機。但若飲水與食物無虞，避免過鹹飲食暨過多水分就相對重要，可以避免體液過多而造成心肺積水危及生命。

〔保持腸道通暢避免便秘〕

若身邊可以取得軟便或輕瀉劑，可以服用維持通便正常或輕微腹瀉。一方面可經由腸道排除毒素(包含鉀離子)，也能減少水分蓄積。腎友因為腎功能衰竭，水分與鉀離子會代償性依賴腸胃道排除。若能維持正常通便甚或輕度腹瀉(嚴重水瀉則不建議以免脫水)，也能相當程度延緩高血鉀及心肺積水的時間。

【結語】

俗云「勿臨渴掘井，宜未雨綢繆」。除了腎友平時的準備及上述注意事項外，負責透析單位也應防患未然，落實定期演練緊急災難應變計畫，強化透析單位醫護人員災難應變能力，定期檢視蓄水設施及保養測試緊急發電系統，多一分準備就能多一分機會，期望能趨吉避凶，降低傷害。