



## 腎友守護生命線一定要知道的事

署立桃園醫院洗腎室護理長姚美惠投稿

瘻管是洗腎病人的第二生命，因故瘻管又稱為是腎友的生命線，也是決定腎友人生是否為彩色的重要影響因素，當瘻管出現問題時常見以下徵兆，您一定要知道哦！

- 1.打針處日漸腫大。
- 2.打針處反抽時有血絲或血塊。
- 3.拔針時止血困難、耗時。
- 4.聽診時有颱風音(高音調)。
- 5.觸診時為跳動非震顫感。
- 6.單側肢體腫大。

如有以上徵兆時即應早期介入處理，如手部握球運動、熱敷瘻管處或紅外線燈照射瘻管處，必要時依醫師安排早期執行氣球擴張術或血栓切除術，瘻管保養與照顧是生命延續的重要因素，保養功課不可少，健康長壽不會少。

~~ 腎利人生，我們一定做得到 ~~

# 如何保護您的瘻管？

署立桃園醫院洗腎室護理長姚美惠

陳小姐說：「怎麼血管又停了，昨天還好好的？」這是血液透析病患常見的疑問：「如何保護血液透析瘻管？」以下介紹瘻管保健的注意事項：

一、 瘻管隔天即穿刺一次，因此要特別注意預防感染。

1、 穿刺前應先以肥皂及大量清水沖洗要穿刺的部位。

2、 穿刺前特別留意要穿刺的部位有無紅腫與皮膚受損情形。

3、 如有異常紅腫或皮膚受損，應請醫師評估。

4、 萬一未打中?管，有漏針或產生皮下血腫時，因先消毒附蓋無菌紗布並立即冰敷，1-2天後再改用溫水熱敷。注意不可將傷口弄濕。

5、 血液透析治療結束後，穿刺部位塗上優點消毒後再附蓋無菌紗布，於 12-24 小時後才可撕掉紗布。

6、 拔針後因輕壓穿刺口 15-30 分鐘，確定止血後，再重新消毒與附蓋無菌紗布。

7、 若傷口不慎弄濕，應立即消毒並更換紗布。

8、 注意蓋住傷口那一面紗布不許有任何觸摸，黏貼膠帶時也要將紗布完全密封，如此傷口才會儘速癒合。

二、 瘻管保健靠自己，每日保養不可少。

1.每日早晚自我檢查瘻管血流量：

觸摸有無震顫(電流)感覺，使用聽診器聽診是否有“呼呼聲”，如聽診無“呼呼聲”或聲音變小皆應立即就醫處理。

2.每日運動不可少，持之以恆不間斷：

選擇自己喜歡的手部運動

(1)手背加壓握拳(球)運動：想像手中有一棵雞蛋要將其壓破或手握壓軟式網球，每次 3-5 秒鐘後放鬆，反覆做 10-15 分鐘，每天做數次，可強化血管彈性及增加血流量。

(2)手部扭乾濕毛巾運動：每天做數次，每次持續做 10-15 分鐘，可強化血管彈性及增加血流量。

(3)氣功之甩手與拍打手臂運動：每天做數次，每次持續做 10-15 鐘，可強化血管彈性及增加血流量。

### 3. 瘻管保健靠自己，注意事項要知曉。

- (1) 瘻管之手只用於透析治療，勿進行抽血、靜脈注射、量血壓或以手臂當枕頭；勿穿過緊衣服或用過緊護腕約束。
- (2) 避免抽煙，因為香菸中的尼古丁會造成血管收縮，減少瘻管使用年限。
- (3) 有血壓過低、血管不易止血時，請特別聽診無“呼呼聲”或聲音變小皆應立即就醫處理。
- (4) 任何瘻管或人工血管有問題時，請積極接受治療。