



2006.02.05 訂定
2023.08.01(4 修)
2022.12.10(6 審)

衛教編號：NEPHRO-010

首次血液透析病人出院衛教

一、配合疾病居家照護：

當您腎臟衰竭必須接受長期血液透析維持身體健康時，以下幾點要項提醒您注意：

(一)保護洗腎管路

1. 動靜脈瘻管:手術後在護理師指導下,每日自我檢查瘻管血流量,觸摸有無震顫感覺。若無應及早求醫以避免低效率透析,影響健康。
2. 希克曼氏導管:手術後應注意導管置入處有無紅、腫、熱、痛情形,若有應儘早就醫,避免感染情形發生。需注意管路固定妥當,避免拉扯。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經腎臟科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

(二) 飲食攝取宜注意：

不可吃楊桃、依醫師指示需**控制水份**、每日吃青菜以防便秘，因便秘會使血鉀過高、採高生物效價的蛋白質較能完全吸收，如牛、雞、鴨、魚肉為佳。

(三) 血液透析中可能產生之不適應症狀：

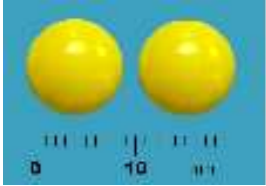
症狀	預防方法
1. 不平衡症狀 (噁心、嘔吐)	平日限制水份、鹽份，避免兩次透析間體重增加太多，需按時透析、想吐時將頭側向一邊，避免嘔吐物嗆到氣管。
2. 血壓下降	兩次透析間體重不要增加太多、改善貧血，適當補充鐵劑和使用EPO、將頭部放平、抬高腳部。
3. 肌肉抽筋	發作時可熱敷、按摩肌肉，壓住膝關節固定肢體，同時將腳板向內扳直。
4. 腹痛	避免透析中吃過多的食物，易發生低血壓症狀及腹部不適情形。
5. 出血	平日動作宜輕柔，應防碰撞、透析後針孔處要適當壓迫，確實止血後再移除。
6. 血管疼痛	平時多注意透析管路及清潔皮膚，避免針孔發炎，如有針孔發炎，請告知醫師或護理師處理。
7. 皮膚癢	服用止癢的藥物、降低透析液的溫度、使用橄欖油或潤膚乳液擦拭全身、儘量穿棉質衣褲，避免穿尼龍或毛料的衣褲。

二、認識常用藥物：（請依腎臟科醫師指示使用藥物，千萬不可服用來路不明的中藥或草藥）

（一）. 維他命：

用途：因透析治療時大量水溶性維生素如：B 群、維他命 C 及葉酸會流失。



注意事項：尿液會變黃，係因維生素 B 群由尿液排出所致。

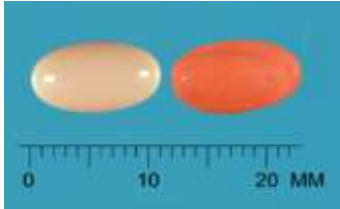
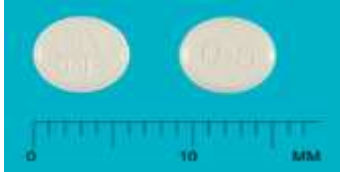
常見維他命藥名	藥品圖片
DailyCare actibest tab 沛多活杏必糖衣錠	

（二）. 鈣片：

用途：用以結合食物中的磷或為了補充鈣質。

注意事項：可能發生噁心、腹瀉、腸胃不適。

常見維他命藥名	藥品圖片
Cal. carbonate tab 667mg 鈣絡磷錠	
Cal. carbonate tab 500mg 碳酸鈣錠	

<p>Calcitriol tab 0.25ug 骨活醇軟膠囊</p>	
<p>Onealfa tab 0.5mcg 旺爾華錠</p>	

三、居家照護注意事項：

常用的運動方式有散步、上下樓梯、騎腳踏車、慢跑、練氣功、打太極拳，可選擇一項合適的運動方式持之以恆，每週至少有三次，每次約 30 分鐘，若運動中感到心跳太快，身體不適，應停止運動。充分的睡眠才能恢復體力，若持續睡眠不佳，可與醫師討論使用安眠藥。

四、腎臟疾病營養諮詢：

門診地點：門診大樓前棟 3 樓 2349 診間

請門診醫生開立諮詢單，若無諮詢單需酌收 200 元！

服務時間：(如下表)

星期 時間	一	二	三	四	五	六	日
09:00~13:00	✓	✓	✓	✓	✓	休診	休診
13:30~16:30	✓	✓	✓	✓	✓	休診	休診

五、結語：

返家後飲食注意勿服用楊桃；若出現身體不適症狀，如：噁心、嘔吐、血壓下降或出血…等情形，或發現動靜脈瘻管觸摸震顫感減弱，應儘速就醫。

六、參考文獻：

趙家德、蔡宏斌、程劭儀 (2022) · 血液透析病人選擇

腎臟病支持療護的決策 · *腎臟與透析*，34(1)，

18-25。

[https://doi.org/10.6340/KD.202203_34\(1\).0004](https://doi.org/10.6340/KD.202203_34(1).0004)

Wong, S. P. Y., Rubenzik, T., Zelnick, L., Davison, S. N.,

Louden, D., Oestreich, T., & Jennerich, A. L. (2022).

Long-term outcomes among patients with advanced

kidney disease who forgo maintenance dialysis: A

systematic review. *JAMA Network Open*, 5(3),

e222255.

<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.225>

5

Ibrahim, M. B., Abdelaal Badawi, S. E., & Alameri, R. A.

(2022). Assessment of pain and anxiety during

arteriovenous fistula cannulation among
hemodialysis patients: A cross-sectional study in
Saudi Arabia. *Journal of Multidisciplinary
Healthcare*, 15, 705–718.

<https://doi.org/10.2147/JMDH.S344256>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.希克曼氏導管在手術後應注意導管置入處有無紅、腫、熱、痛情形，若有應儘早就醫，避免感染情形發生。

是 否 不知道

2.動靜脈瘻管在手術後需要每日自我檢查瘻管血流量，觸摸有無震顫感覺。

是 否 不知道

3.腎臟病病友常常介紹服用來路不明的中藥或草藥，是可以的。

是 否 不知道

4.常用的運動方式有散步、上下樓梯、練氣功、打太極拳，可選擇一項合適的運動方式，每週至少有三次，每次約30分鐘，若運動中感到心跳太快，身體不適，應停止運動。

是 否 不知道

5.返家後飲食注意勿服用楊桃或發現動靜脈瘻管觸摸震顫感減弱，應儘速就醫。

是 否 不知道