



# 腹膜透析居家照護注意事項



資深臨床專員 朱明玲



百特醫療產品股份有限公司

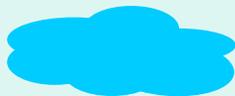




# 居家照護注意事項



- 食
- 衣
- 住
- 行
- 育
- 樂





# 腹膜透析患者飲食的注意事項

- 蛋白質：

建議腎友天天都要攝取高蛋白質的食物，建議量：

1.2~1.5公克蛋白質/公斤/天，因為腹膜透析在每天清除水分及廢物時，也會將部分的蛋白質排除。

- 例：體重60公斤的腎友每天需要蛋白質量為：1.2公克×60公斤=72克蛋白質（相當於10份的蛋白質）
- 最好 2/3 有來自優質蛋白質食物例如：肉、魚、奶類、蛋、黃豆製品等食物。





- 鹽分：

鹽中含鈉，當鈉攝取過多會造成水分堆積，下列食物要減少食用：罐頭食品、醃製食品、蜜餞、香腸、臘肉、醬油、蕃茄醬、沙茶醬、味精等。



- 醣類：

由於部分腹膜透析液中含有葡萄糖，因此在糖份的攝取選擇要避免吃高糖份精緻點心及油炸食品





- 高油脂食物：

高油脂食物會導致膽固醇或三酸甘油脂過高。高血脂症可能沒有感覺，卻是引起心血管硬化及缺血性心臟病的主因。

若有高血脂症，除了給予藥物外，控制飲食也是必要的。

含油脂高的食物，特別是動物性油脂，都不建議食用。



	高油脂食物
肉類	肥肉、豬腳、豬皮、蹄膀、雞皮、鴨皮、肉燥、香腸
油炸食物	油豆腐、油條、炸春捲
糕點	蔥油餅、八寶飯、麻花、沙其麻、油粿、肉圓
調味料	沙茶醬、花生醬、芝麻醬
堅果類	瓜子、花生、腰果、核桃、松子、杏仁
零食	巧克力、洋芋片



• 磷：

當腎臟功能下降時，身體的磷離子無法正常的排除，形成鈣磷不平衡，易發生腎性骨病變，且鈣磷的不平衡也會造成副甲狀腺病變。所以，每次進食當中配合服用磷結合劑(鈣片)，可有效地控制高血磷。

	高磷食物 (每100公克食物含200~500毫克磷)	非常高磷食物 (每100公克食物含500毫克磷)
五穀根莖類	麥芽飲品、爆玉米花、薏仁、山粉圓、花生、核桃、開心果、愛玉子、蓮子、紅豆、綠豆、豆皮、蠶豆、豆干	小麥胚芽、麥片、養生麥粉、糙米、芝麻、松子、西子、南子、葵子、杏仁
肉魚豆蛋類	牛肉乾、臘肉、豬肝、豬肉乾、豬肉鬆、火腿、香魚片、魚鬆、草蝦、明蝦、紅蟳、鴨蛋黃、鐵蛋、鵪鶉蛋	小魚干、烏魚子、柴魚片、魚脯、干貝、魷魚絲、蝦米
奶類	奶類 奶精、乳酪	



## 高磷的垃圾食物：

下列的食物含高磷且蛋白質的生物價值不高，故需避免食用。



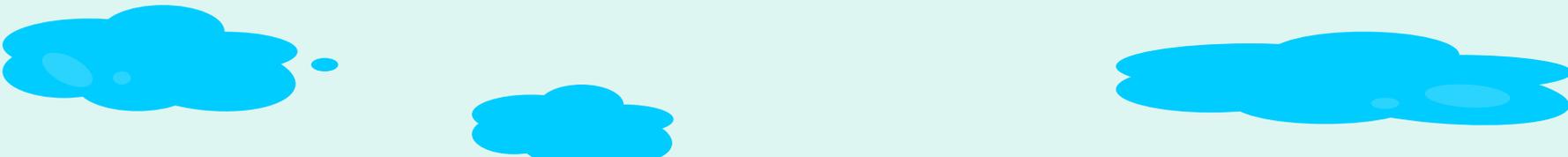
可樂	紅茶	三合一奶茶	蜂王乳	可可粉
花生糖	啤酒	綠茶茶包	三合一咖啡	大豆卵磷脂
白巧克力	洋芋片	生啤酒	烏龍茶茶包	即溶咖啡
花粉	黑巧克力	泡麵類		



(高磷垃圾食物不建議食用)



# 所以病患飲食應注意

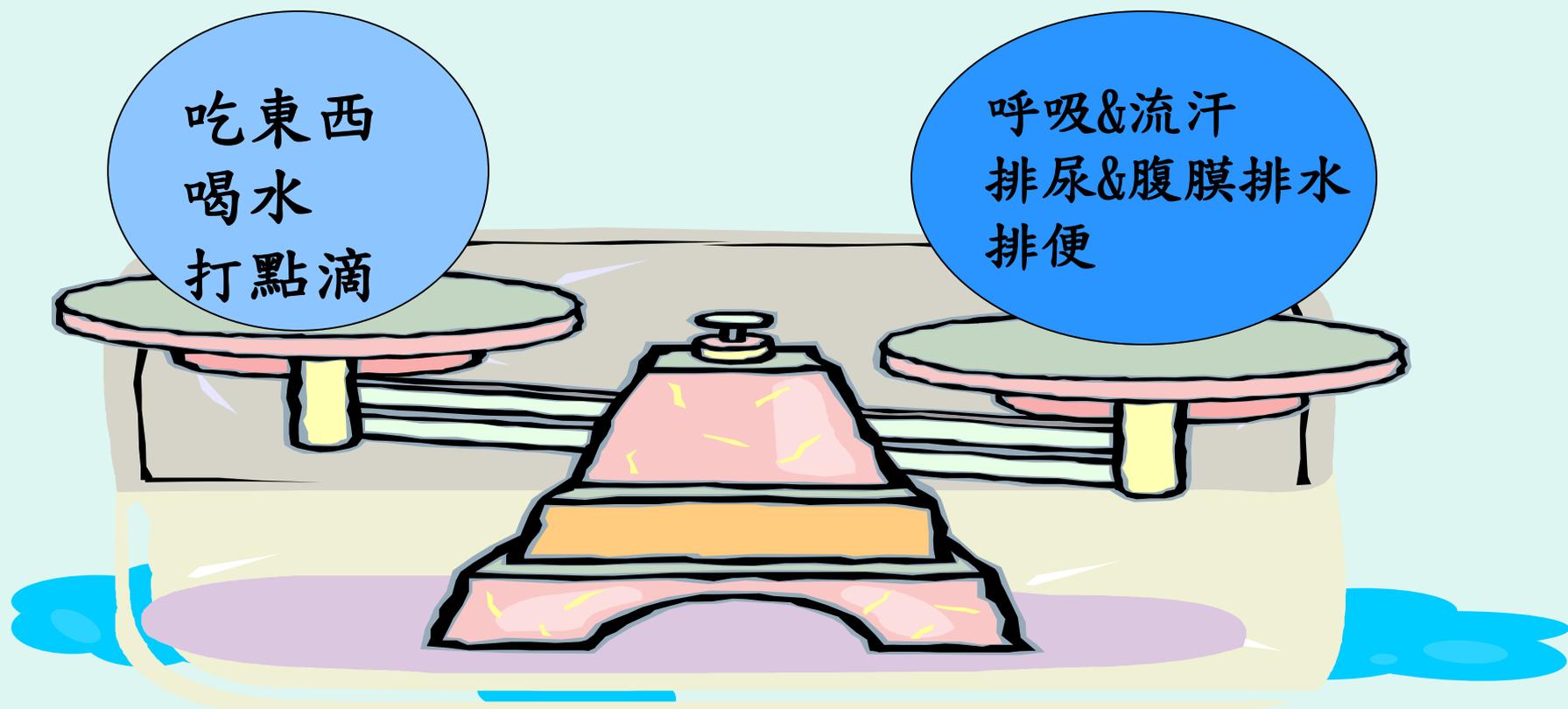
- 
- 高蛋白質食物-----改善營養  
增加抵抗力
  - 少鹽少甜少動物油控制磷
  - 高纖維質食物-----預防便秘
- 

# 水份管理





- 腎功能變差時，因排尿量可能變少，腎友需留意身體水分狀況
- 進入身體=由身體排出



# 為什麼要量體重及血壓

- 建議每天起床時測量
- 了解體內水份是否為適當狀態
- 可做為調整透析液濃度的依據
- 若有不適可增加測量血壓次數



# 高血壓有什麼症狀

- 經常是沒有症狀
- 頭痛
- 頭暈
- 頸部僵硬
- 臉潮紅
- 噁心嘔吐感



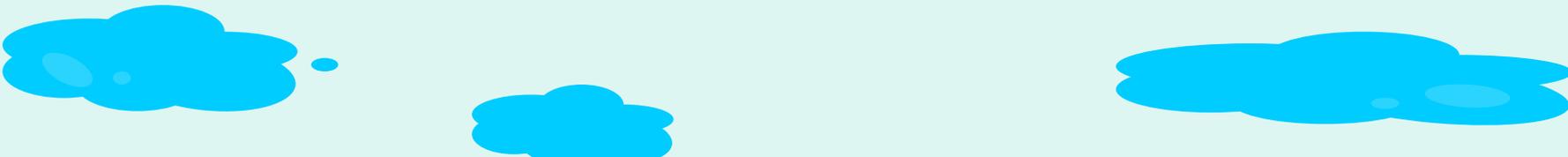
# 低血壓有什麼症狀

- 經常是沒有症狀
- 頭暈
- 冒冷汗
- 心跳加快





# 當高血壓時該怎麼辦

- 
- 確認是否已服用降壓藥
  - 評估脫水量體重及水腫情形
  - 視情況增加脫水量
  - 減少水份及鹽份攝取
  - 吃較乾食物
- 



# 當低血壓時該怎麼辦

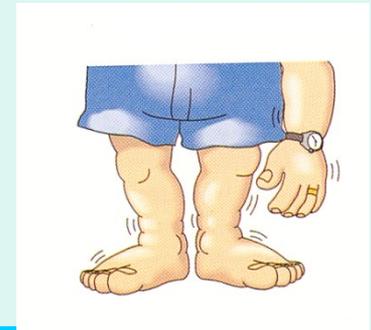
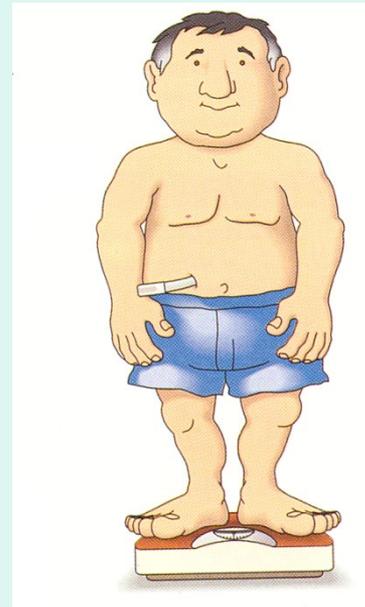
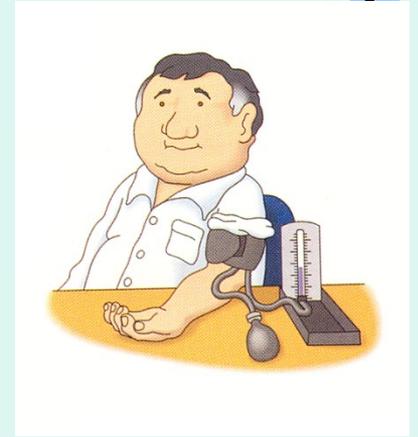


- 先休息並注意安全
  - 增加飲水量
  - 評估脫水情況是否須減少脫水量
  - 可來電詢問降壓藥是否需要調整
- 



# 如何評估脫水是否適當

- 血壓穩定
- 體重穩定
- 無水腫情形
- 皮膚無乾燥
- 無抽筋現象





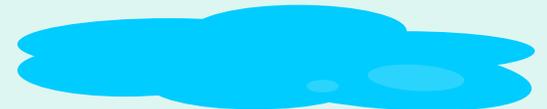
## 所以當

- 血壓上升且體重增加有水腫情形
- 評估脫水量
- 降壓藥是否已服用



此時

- 你應該要用較高濃度藥水(2.5%或4.25%)



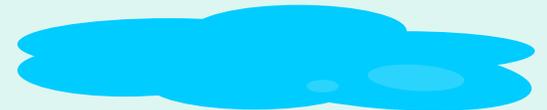


## 所以當

- 血壓低且體重下降
- 有脫水過度現象

此時

- 你應該要用較低濃度藥水(1.5%)

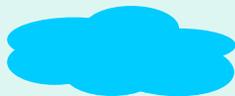




# 居家照護注意事項



- 食
- 衣
- 住
- 行
- 育
- 樂





# 導管出口照護

## 照護原則應遵守二要五不

- 要保持導管出口清潔乾燥，並換乾淨衣服。 😊
- 要每天按護理人員教導方式進行導管護理，  
並檢查隧道及導管出口是否有發炎感染情形。  
(記得戴口罩及洗手並擦乾雙手)



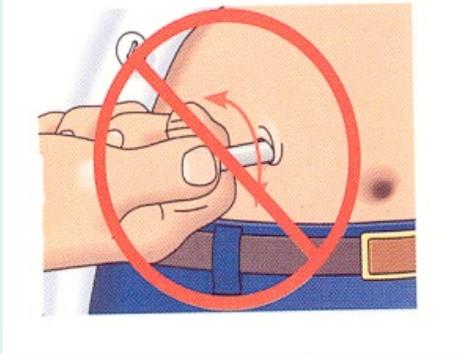


# 導管出口照護

- 照護原則應遵守二要五不



不拉扯或扭轉導管



不在導管上使用利器，如剪刀



不穿太緊衣物  
壓迫導管出口



不正確的動作



不盆浴，  
使導管浸泡於熱水中。



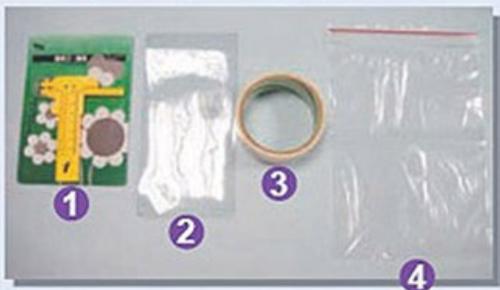
不用非醫護人員建議之  
清潔及藥物於出口



# 省錢大作戰DIY 人工肛門袋做法 [http://www.capd.org.tw/main3\\_4\\_03.htm](http://www.capd.org.tw/main3_4_03.htm)

## 準備用物

1. 圓規刀一隻
2. 10×10公分桌墊一個
3. 5公分雙面膠一綑
4. 8號 (17 × 24 公分) 夾鏈袋一個



## 使用方式

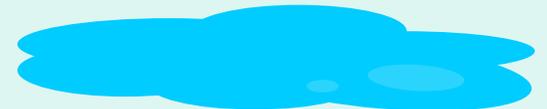




# 判斷腹膜透析導管的功能是否正常？



- 腹膜透析導管功能良好，是指在換液過程透析液順利的進出腹腔。所以，觀察換液時間可以確認導管的功能是否良好。
- 正常情況下，
  - 腹膜透析液注入時間約需要5~10分鐘。
  - 腹膜透析液引流時間約需要10~20分鐘。
- 如果發現注入或引流時間要比平常更長或困難時，請與腹膜透析護理師聯絡。

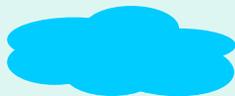




# 居家照護注意事項



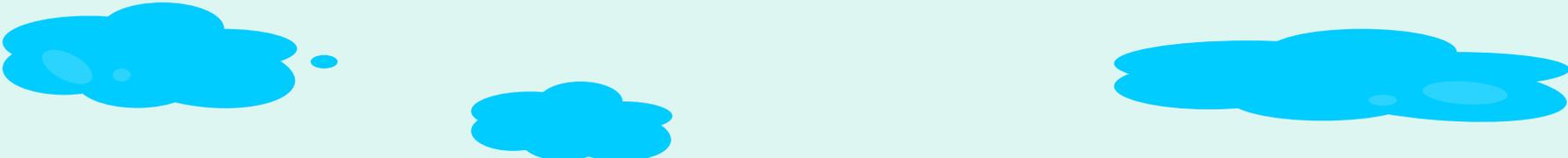
- 食
- 衣
- **住**
- 行
- 育
- 樂





# 換液的注意事項



- 理想的換液場所
  - 透析液加溫方式
  - 安全而正確的換液可以預防腹膜炎
- 

# 理想的換液場所應如何選擇？

- 換液時環境必須是：  
乾淨、安靜、光線明亮、沒有流動空氣（關閉空調及電扇、門窗）
- 不可有寵物在身邊。
- 若有其他人在身邊，也要戴上口罩。
- 換液桌不要擺在窗台邊，桌面保持淨空無雜物。



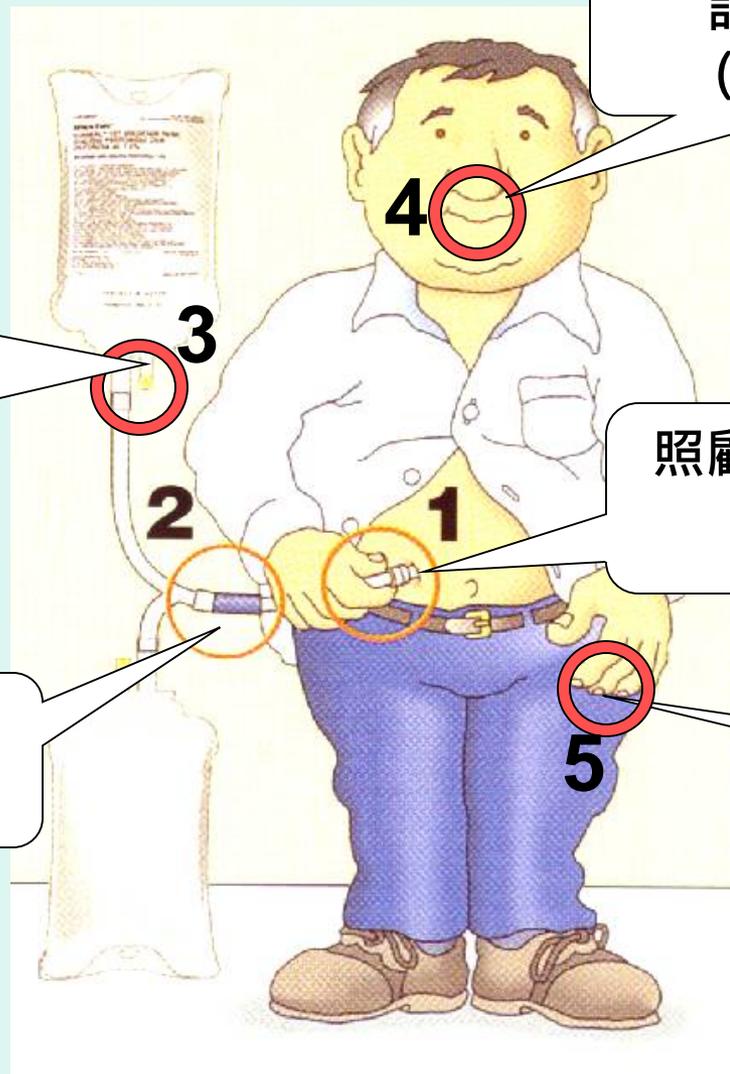


# 如何加溫透析液？

- 建議使用電毯來加溫透析液
- 不建議用微波爐加熱，因為受熱不平均，易造成藥水變質。  
特別是胺基酸腹膜透析液絕對避免使用。
- 不可使用濕熱法來加溫，因為會導致細菌的生長。
- 請與護理人員討論加溫方式。



# 您如何避免得到腹膜炎？



記得戴口罩  
(遮住口鼻)

透析液需要加藥時  
• 記得要消毒  
• 不要刺破透析液袋

照顧好你的腹膜透析導管  
• 記得二要五不

連接自己時  
• 記得不要污染接頭

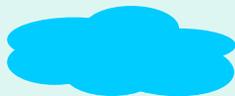
• 記得洗手並擦乾  
• 不要留指甲



# 居家照護注意事項



- 食
- 衣
- 住
- **行**
- 育
- 樂



# 洗腎病友開車免繫安全帶

神奇蠶豆資訊園 | 最新消息 | 腹膜透析新知 - Microsoft Internet Explorer (Baxter config 1.8)

http://www.capd.org.tw/main2\_1\_detail.aspx?id=9

Google 搜尋 分享 拼字檢查 翻譯 自動填入 登入

1336411098/\*\*http://www.capd.or

Free TV Games 2BR Gadgets 36C

我的最愛 Suggested Sites ISOtrain ADR Modality Choice Web Slice Gallery 自訂連結

神奇蠶豆資訊園 | 最新消息 | 腹膜透析新知

網頁(P) 安全性(S) 工具(O)

神奇蠶豆資訊園地  
www.capd.org.tw

Google 搜尋:  送出

訂閱電子報 相關連結 聯絡我們 關於協會

腎友需知

最新消息

腎友健康園地

醫療資訊

腹膜透析百科

互動交流區

最新消息

- 腹膜透析新知
- 腎友活動訊息
- 健保局腹膜透析政策
- 學術活動
- 學術研究獎助申請

腹膜透析新知

## 洗腎病友開車免繫安全帶患者向56立委陳情 交部終開放

2006/9/3 蘋果日報/黃靜宜、李姿

交通法規要求駕駛人必須繫上安全帶，但腹部有導管傷口的腹膜透析洗腎病人卻很難做到；在新竹工作的病友張國柱，去年兩個月內竟收到10張罰單，他自力救濟找醫師開證明、再把肚子上的導管傷口照相存證，寫了陳情書給56名立委，終於促成交通部開放腹膜透析病人開車可合法不繫安全帶。

45歲的張國柱已洗腎八年，腹部有根30公分左右的導管，繫安全帶時可能會壓迫到，因此他開車無法繫安全帶，過去被警察攔下，警察多能通融；但去年被連續照相，收了10張罰單，罰金累計1萬5千元，讓他吃不消。

### 可出具醫療證明

張國柱昨說，他繫安全帶可能會磨損導管，他的導管曾經破過3次，每次破了就要到醫院消毒更換，十分麻煩；他只好到處找立委陳情。經過兩、三個月的努力，內政部警政署去年12月16日正式發函、由交通部公告，腹膜透析病友若出具相關醫療證明，就可以免于舉發或可撤銷罰單。

中華民國腹膜透析腎友協會理事長洪春洋昨表示，許多病友也有類似困擾，因為繫了安全帶會比較不舒服，而且緊急煞車時會拉扯到導管，經常須用手去保護導管部位，坐一趟車下來手都酸了。

交通部路政司專門委員陳彥伯表示，除腹膜透析外，地中海型貧血患者也可免戴安全帶，這些患者只要出具醫師診斷等證明，就不會受罰。但他強調「繫安全帶和戴安全帶規定都是基於交通安全考量，建議身體不適者，應改乘其他交通工具。」

### 交通法規除外對象規定

開車不繫安全帶可免罰，腹部或上半身其他部位有導管開口，或因疾病不適宜繫安全帶者，有醫生證明認可無法繫安全帶證明未戴安全帶可免罰地中海型貧血或其他疾病不適宜戴安全帶者，出示醫生證明認可不能戴安全帶者不得開車和考照經診斷有色盲、癲癇症等重大疾病等。

資料來源：交通部、公路總局

正在等候 http://www.capd.org.tw/main2\_1\_detail.aspx?id=9...

網際網路

100%

開始 收件匣 - Mic... d:\My Docu... 腹膜透析免... R:\Public Microsoft Po... 神奇蠶豆資... 20080509-C...

下午 06:03

# 自用車內換藥水好方便

[http://www.capd.org.tw/main3\\_4\\_01.htm](http://www.capd.org.tw/main3_4_01.htm)

神奇蠶豆資訊園 - Microsoft Internet Explorer (Baxter config 1.8)

http://www.capd.org.tw/main3\_4\_01.htm

Google

搜尋

分享

拼字檢查

翻譯

自動填入

Free TV

Games

2BR

Gadgets

28C

登入

我的最愛

Suggested Sites

ISOtrain

ADR

Modality Choice

Web Slice Gallery

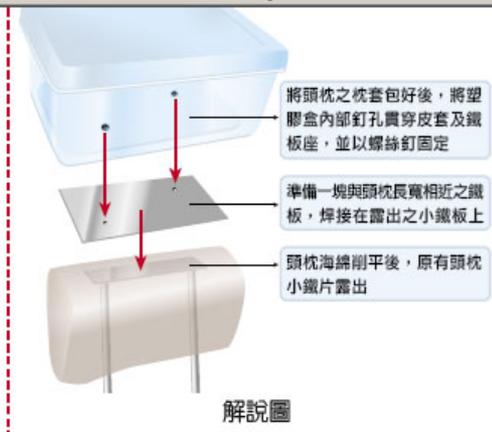
自訂連結

神奇蠶豆資訊園

網頁(P) 安全性(S) 工具(O)

## 所需材料：

1. 能裝下一袋藥水的塑膠盒一個（短邊），先在一側開寬約1公分左右的U型槽口，這個開口的作用是讓透析管子可以穿出來，把槽口邊緣以膠帶包裹，以防管子被利刃緣口切割。
2. 汽車頭枕一個（依車型而異）。



## 製作方法：

1. 將頭枕皮套退下，露出裡面的包裹泡綿，由於頭枕頂部並不平整，無法平放塑膠盒，所以必須先用美工刀切除頭枕頂上弧形泡綿，使頂部平整，且露出內部的小鐵板。
2. 由於原有鐵板較小，需另焊接一個鐵板座與頭枕內部鐵板固定連接，長寬和切修平整後的頭枕高度一樣，焊接的步驟可請汽車修理廠幫忙做，非常簡易。
3. 套回頭枕皮套。
4. 接連塑膠盒，作法是將塑膠盒底部放置於頭皮套上，由盒內部釘孔貫穿皮套及鐵板座，以螺絲釘固定，即完成。



完成

開始

腹膜透析 - Yahoo! 奇摩...

d:\My Documents\TZBGH...

Microsoft PowerPoint - [...]

神奇蠶豆資訊園 - Micro...

網際網路 100% 上午 10:29

- 腎友食譜
- 透析動動腦

## 材料準備

01. 美容院剪髮使用的大圍巾一件 (於美容器材店可購得)
02. 一張透明 PVC 膠布 (可去五金行買, 要選最薄的)
03. 剪刀、針、線等基本裁縫工具 (最好是使用裁縫車)

## 製作方式

01. 大圍巾在中間靠近後處以剪刀剪出一個長方形的缺口, 形狀大小可以自己拿捏, 以方便看得到換液時的換液動作為準。
02. 把透明的 PVC 膠布, 裁成適度大小, 固定於美容衣的長方形缺口下, 並進行縫補。
03. 裁下大圍巾, 不用布料可再利用, 把它對裁, 縫成兩條同花色長帶子, 固定在大圍巾缺口兩側, 做為使用時固定之用, 即可。

## 使用方式

01. 將製好之大圍巾穿上, 後端固定在脖子上。
02. 前端兩條提繩綁在前方座椅椅背上, 使圍巾和身體間形成一個獨立空間。
03. 靜待數分鐘, 讓圍巾「落塵」。
04. 酒精消毒手及可能觸碰處。
05. 操作換液。

## 圖解說明

01. 兩條帶子用於固定換液罩。
02. 做好後的換液罩。
03. 綁在前面椅背可供固定之處。
04. 形成一個獨立空間。
05. 操作換液, 完全不動環動作。

對於過去每年皆會出國旅遊的我来说, 選擇復職透析後, 重新開始有較好的生活品質, 透析一年後, 我告訴自己: 「好這麼好玩, 情況又穩定了, 我們可以規劃出去走走!」就這樣, 我們今年四月前往日本旅遊, 參加的是一般旅行團, 為了避免於遊覽車上換藥水時, 招來旁人奇怪的眼光, 我苦思很久, 終於在有一天去美容院剪髮時, 想到了一個好辦法, 自行設計出一個方便好攜帶又實用的外出換液罩, 和外出快樂出遊。

這個外出換液罩便宜實惠, 只花費百餘元, 美觀和功能性重, 在製作和取得材料上都很容易, 我很樂於將此方法推薦給腎友們, 也許腎友們有更有想像力的, 可以再改進, 讓它更方便, 帶著它出去看看世界, 有就提升我們的生活品質。





# 居家照護注意事項



- 食
- 衣
- 住
- 行
- 育
- 樂





- 腹膜透析相關衛教資訊介紹
- 透析液種類介紹
- 腹膜透析相關的感染
- 常用藥物介紹
- 緊急事件處理





# 腹膜透析相關衛教資訊介紹

網址：<http://www.capd.org.tw/>

神奇蠶豆資訊園 - Microsoft Internet Explorer (Baxter config 1.8)

http://www.capd.org.tw/

Google 搜尋：  送出

神奇蠶豆資訊園地 [www.capd.org.tw](http://www.capd.org.tw)

訂閱電子報 + 相關連結 + 聯絡我們 + 關於協會

腎友需知 | 最新消息 | 腎友健康園地 | 醫療資訊 | 腹膜透析百科 | 協會互動區

腹膜透析操作技術  
腹膜透析治療  
診療室漫談  
FAQ

希望永遠在·Ea

會員登入

請輸入帳號

忘記密碼 會員說明

若您對擁有更多資訊  
您可立即登入了解！

若還不是會員，歡迎

活動訊息 EVENTS

年度盛事-會員大會

一年一度的大會圓滿成功！腎友們齊聚天成大飯店，期待大家明年再相見！

重點特報 HOT News

1年會員費開始繳納，送【優肌絨】一卷！ ★有意參加微型傷害保險者，請洽協會報名！★ ◎國外旅遊預告

協會活動快報 + MORE

中華民國腹膜透析腎友協會

想了解更多協會的架構與服務項目嗎？歡迎認同本會宗旨者一齊加入我們的行列！

腹膜透析食譜 + MORE

鮭魚義大利麵

腹膜透析患者最需要補充高蛋白食品，並配合磷結合劑預防高磷，徐于淑營養師提供多項簡易食譜供腎友參考

討論區最新話題 + MORE

哪裡可以索取洗腎前自我評量表？

我家人即將洗腎，請問洗腎前自我評量表，可以到哪索取？

透析人生 + MORE

【影片分享】洗腎小天使蘇蕙涵 唱出生命快樂頌~~

蘇妹妹：「洗腎一點都不可怕!!」只要病友、醫護人員共同配合、努力，「腎活」

正在等候 <http://www.capd.org.tw/>...

開始 | 腹膜透析 - Yahoo! 奇摩... | d:\My Documents\TZBGH... | Microsoft PowerPoint - ... | 神奇蠶豆資訊園 - Micro... | 網際網路 | 100% | 上午 10:02



# 腹膜透析液有哪些種類？

- 葡萄糖透析液
  - 1.5%
  - 2.5%
  - 4.25% : 較會脫水，但對血糖及腹膜影響大
- 胺基酸腹膜透析液(健保給付需有特別條件)
  - 補充營養
  - 吃飯時才用
  - 不可以微波加熱
- 7.5%愛多尼爾腹膜透析液(健保給付需有特別條件)
  - 不是葡萄糖藥水，對腹膜影響較小
  - 需放置較長時間





# 腹膜炎

有三種情況會知道感染腹膜炎：

\* 混濁透析液

正常的引流液



腹膜炎的引流液



**腹膜炎不會自行痊癒**

如果有以上情形請立即通知您的護理人員





# 導管出口或隧道感染

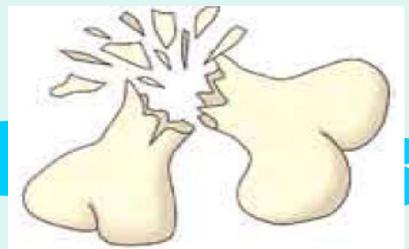
如果發現導管出口紅. 腫. 熱. 痛有分泌物:  
請通知您的護理人員





# 常用藥物介紹

- 為什麼按時服藥物很重要？藥物能輔助透析治療，再加上飲食和水分的控制互相配合，將身體維持在穩定狀態。
- 常見的藥物：  
磷質結合劑-  
腎病患者排磷功能下降，藉由磷質結合劑的輔助可協助體內磷的代謝。  
磷質結合劑種類繁多，請遵照醫護人員指示使用。





## 軟便劑-

- 軟便劑是幫助排便的藥物。如果你出現排便不順的情形時，可能會發生以下情況：
- \* 引流不順
- \* 發生腹膜炎
- 所以多吃高纖維食物來預防便秘，或按照醫生的指示服用軟便劑。



## 降血壓藥：

- 由於腎臟功能下降，調節水分和血壓能力變差，需要藥物來控制血壓。這些藥物稱為『降血壓藥』。
- 按照醫生的指示每天定時量血壓，並服用降血壓藥，不可自行停藥。
- 有些降血壓藥物，用於保護殘餘腎功能。請勿自行停藥！若有疑問，可與醫護人員討論。
- 為預防高血壓的產生，請勿攝取過多的水份和鹽份。





## 紅血球生成素(EPO)

- 慢性腎衰竭導致貧血的主要因素為缺少EPO，而EPO是一種刺激製造紅血球的荷爾蒙。為了改善貧血，除了補充缺少的元素(鐵質、葉酸、維他命B)外，也需要使用EPO來增加血液中的紅血球。
- 請注意下列事項：
  - ✓ 按時按量注射EPO
  - ✓ 依照醫師處方透析
  - ✓ 正確飲食
  - ✓ 維持血液中鐵質在正常範圍
  - ✓ 避免出血





# 緊急事件的處理



# 引流出淺紅色或紅色的透析液時， 如何處理？

可能導致的因素	如何處理
▶ 月經來潮或排卵期。	約1~2天會自然消失。
▶ 曾經提過重物，劇烈運動或碰撞造成微血管破裂。	避免提起重物，停止劇烈運動，症狀連續2天未見改善則，則與腹膜透析小組聯絡，返院處理。



用1-2袋冷的透析液沖洗腹腔，若情況未改善，  
請通知腹膜透析護理師



# 消毒的無菌管組受到污染時， 如何處理？

請注意：

用物使用前一定要檢查！

\*藥水袋中有雜質、破損、綠色出口塞斷裂、過期、或

綠色拉環脫落，都不可以用。

\*小白帽外包裝已經被打開或破損，不可以用。

\*小白帽中沒有優碘海綿，不可以用。

\*小白帽已過期，不可以用。



# 換液時發生藥水滲漏，如何處理？

## 可能導致的因素

## 如何處理

▶ 雙聯袋的任何一個部分受到破損。

- ◎ 引流時發現，立即將引流管夾夾住，套上新的迷你帽，更換新的腹膜透析液。
- ◎ 注入時發現，立即將管夾夾住，套上新的迷你帽，與腹膜透析小組聯絡以進一步處理。

▶ 迷你輸液管組有損壞。

馬上扣緊迷你輸液管組上的開關，並盡量在靠近鈦金屬接頭處的管路上，夾上小白或反摺導管避免漏水，避免導管出口處受傷，並立刻與腹膜透析小組聯絡，護士會更換新的迷你輸液管組。

▶ 鈦金屬接頭和迷你輸液管組鬆脫。

立即栓緊鈦金屬接頭，並以無菌紗布包好，在靠近導管出口處的腹膜透析導管上，夾上小白夾，或反摺導管避免漏水，立即聯絡腹膜透析小組，返院更換輸液管。





## 透析液無法引流出腹腔時，如何處理？

可能導致的因素	如何處理
▶ 腹膜透析導管或迷你輸液管 <u>扭曲，或折疊起來。</u>	由出口處沿著引流管路一一檢查，是否有摺疊、扭曲或關閉未開。
▶ 腹膜透析導管移位。	更換姿勢(身體左右晃 或做踮腳尖的動作)如果問題仍無法解決，聯絡腹膜透析小組協助。
▶ 纖維蛋白導致導管阻塞。	聯絡腹膜透析小組協助。

# ☹️ 透析液無法注入腹腔時，如何處理？

可能導致的因素

如何處理

▶ 沒有打開注入管路管夾。

檢查注入管路所有管夾，重新打開注入管路之管夾。

▶ 沒有折斷綠色出口塞。

即使是已經連接上輸液管組，可以折斷綠色出口塞。

▶ 沒有打開迷你輸液管組的開關。

確定注入管夾有開、綠色出口塞已折斷。重新打開迷你輸液管組的開關。（如果問題仍未改善，即刻前往透析中心）





# 引流出的透析液中有纖維蛋白， 如何處理？

## 可能導致的因素

## 如何處理

▶ 自然現象或腹膜炎期間。

觀察注入及引流時間是否有延長，若透析過程延長即刻前往腹膜透析中心處理。  
在腹膜炎期間則需在透析液中加入抗凝劑(肝素)使用。

▶ 透析液的溫度不當。

在加熱透析液時，要檢查溫度是否合宜。



(纖維蛋白透析液)



(混濁纖維蛋白透析液)



# 肚子痛，如何處理？

可能導致的因素	如何處理
▶ 腹膜炎。	先檢視引流袋內的透析液是否混濁，若是則按照腹膜炎的處理方式，如果沒有混濁，但有發燒症狀時，也請到腹膜透析中心求診。
▶ 在引流結束時，腹腔已經沒有透析液，因為虹吸原理，而刺激到附近的器官。	減低引流的速度，不要完全引流放到空。
▶ 便秘。	與你的營養師討論最適合的飲食；與醫師討論是否需要服用軟便劑。



# 發燒了，如何處理？

可能導致的因素	如何處理
▶ 腹膜炎。	先檢視引流袋內的透析液是否混濁，若是，則按照腹膜炎的處理方式。
▶ 傷風感冒或尿道感染引起。	確定導管出口處和腹膜都沒有發炎的症狀時，則有可能是傷風感冒、尿道感染、或其他的感染，因此須回到腹膜透析中心接受正確的治療。





# 出現呼吸困難，如何處理？



可能導致的因素	如何處理
▶ 有太多的水分堆積在體內。 (攝取過多的水分或脫水效果下降)	先評估血壓、體重及水腫狀況，確定為水腫，則以高濃度透析液脫水，限水及限鈉的攝取。無法評估，則立刻到急診室就醫。
▶ 其他原因引起呼吸困難。	評估血壓、體重及水腫狀況，無法判斷時，立即就醫。





# 有頭痛症狀，如何處理？



可能導致的因素	如何處理
▶ 血壓過高。	先檢視有無水腫，測量目前的血壓，與護理人員聯絡，告知目前的症狀，必要時回腹膜透析中心作處理。
▶ 其他原因引發。	如血壓正常，且無水腫情形，狀況持續未改善時需就醫。





# 腳踝出現水腫，如何處理？

## 可能導致的因素

- ▶ 你有太多的水分堆積在體內（攝取過多的水分、或脫水效果下降）

## 如何處理

- 檢查體重及血壓、脫水量，如果都很高時要：
- 檢查導管的功能是否正常。
  - 減少及水份的攝取。
  - 使用高濃度的透析液，或是澱粉類多醣透析液。
  - 回腹膜透析中心作飲食及透析處方的調整。



# 💧 透析液從導管出口處流出如何處理？

可能導致的因素

- ▶ 導管出口處未完全癒合或腹膜透析導管破裂。

如何處理

引流出腹腔的透析液，不要再灌入透析液，檢查引流液是否有清澈，先使用消毒過的紗布覆蓋導管出口處，立即與腹膜透析小組聯絡。

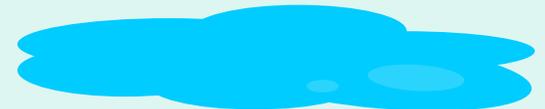
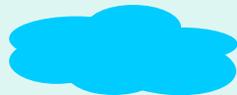




# 透析液滲漏，怎麼辦？



- 可能症狀
  - 注入藥水時會咳嗽，呼吸喘
  - 腹部不正常隆起
  - 肚臍突起
  - 鼠蹊部突起
  - 外陰部水腫
- 處理方式
  - 暫停換液，通知腹膜透析小組

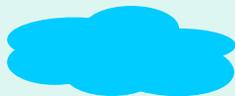




# 居家照護注意事項



- 食
- 衣
- 住
- 行
- 育
- **樂**





# 旅行前準備

- ✓ 了解自己體力的極限，並充分規劃適當行程。
- ✓ 了解旅遊地之環境與氣候，以利旅遊用物的準備。
- ✓ 隨身攜帶日常及緊急藥品（如感冒、腸胃藥...）。
- ✓ 隨身攜帶緊急聯絡人資料及病歷摘要，以備不時之需。
- ✓ 與護理人員討論出外換液時間、用品及環境等安全換液相關事項。
- ✓ 行前1-2個月前（依地點而異），聯繫透析液配送事項。





## ☐ 旅遊期間注意事項

- ✓ 注意飲食及衛生，避免高磷、高鹽飲食。
- ✓ 維持水份攝取與體重平衡，每日檢視自己有沒有水腫情形，或可利用旅館內體重計秤量體重，以利適時調配透析液的濃度。
- ✓ 攜帶電池式的血壓計，並注意維持血壓穩定。
- ✓ 謹記按時服藥，甚至攜帶比日程略多的份量，以防行程延誤。
- ✓ 糖尿病病人每日應定時監測血糖，並需留意食物的糖份攝取。

## ☐ 旅遊期間緊急情況處理

- ✓ 在旅遊期間應主動注意自己身體的狀況，不要運動和操勞過度，有任何問題應緊急告知隨團醫護人員或領隊，以利早期處理。
- ✓ 遇身體不適時可以在當地之透析中心或醫院求治，或狀況許可下儘快返台就醫。





# 腎友活動相關訊息

[http://www.capd.org.tw/main2\\_2.aspx](http://www.capd.org.tw/main2_2.aspx)

## 腎友活動訊息



活動名稱 日本關東之旅~日光鬼怒川.輕井澤.東京五日

活動時間 2012/5/15

主辦單位 文祥

活動內容

### 腎友活動訊息

活動名稱 澳珠圳主題5日

活動時間 20

主辦單位

活動內容

### 腎友活動訊息

活動名稱 大阪、京都、神戶5日行【七月下旬】

活動時間

主辦單位

活動內容

行程  
第一  
第二  
第三  
第四





謝謝聆聽!

