

動靜脈瘻管 (Fistula) 之護理指導

*如何照顧剛開完刀的瘻管

1. 保持傷口清潔、乾燥，若有滲血、需立即更換無菌紗布。
2. 手部抬高以減少腫脹。
3. 開完刀後第三天才可以開始做握球運動，以防止傷口滲血。

*日常生活注意事項

1. 每天檢查瘻管血流是否流暢：用手接觸有震動感，靠近耳朵有「咻！咻！」聲，更好的方式為使用聽診器以利辨別聲音之不同。
2. 勤做握球運動：
 - (1) 非洗腎日每天做兩次，熱敷5-10分鐘，握球時用力持續10秒才放鬆，重複運動20分鐘。
 - (2) 洗腎日於洗腎前做握球運動以利穿刺，洗腎完24小時內不可做熱敷及握球運動以免滲血。
 - (3) 年老虛弱、手臂無力者，可協助在上臂間歇加壓使血管擴張。
3. 目前有遠紅外線照射儀器或紅外線瘻管保護帶可提高瘻管血流及減少血栓形成
4. 瘻管側之手不可做治療（打針、抽血、量血壓），不可重壓（勿戴手錶、手環、飾物、勿當枕頭睡覺），袖口勿太緊。
 - (1) 血管太隆凸時，可以護腕或彈繃保護，避免外傷。
 - (2) 血壓低之腎友勿洗太乾，以免血壓太低形成血栓，導致瘻管栓塞。
 - (3) 瘻管受傷出血時，必須立刻壓迫止血盡快就醫。
 - (4) 避免抽煙，因為尼古丁會使血管收縮，容易造成瘻管阻塞。
 - (5) 注意瘻管肢體保暖。

*洗腎當日瘻管的照顧重點

1. 透析前先以肥皂清潔瘻管側之手，保持乾淨。
2. 瘻管穿刺時，避免同一位置重複穿刺，易造成血管隆凸。
3. 透析後若有血腫形成，24小時內要冰敷以達止血、止痛；24小時後再以熱敷及塗抹消瘀血藥膏，以促進血循及消腫。
4. 收針後瘻管需壓迫10-15分鐘，止血後，更換OK繃或乾淨紗布，並以止血帶束縛才可離去。
5. 透析結束後6小時內傷口不可以弄濕、提重物以免再次出血，24小時後才可將紗布取下。
6. 穿較多衣物時，止血後不要立即將袖子放下，以免再度出血無法察覺及找到出血點立即止血。

***瘻管若有紅、腫、熱、痛，可能為感染現象，應立即告知醫護人員。**

www.PassPACES.com/kidney.htm

Source: <http://www.tahsda.org.tw>

