



郭綜合醫院

規則血液透析（洗腎）的重要性及注意事項

一、規則性透析的重要性

當腎臟受到慢性傷害以至於無法適當調整身體狀況，這時便會出現胃口不佳、噁心、嘔吐、蒼白、瘀青、水腫、倦怠等症狀，這就是所謂的尿毒症。更嚴重的情況包括腸胃出血、肺部水腫、心臟衰竭、神智不清、甚至昏迷不醒以及死亡。依照統計學上分析，每週透析三次是目前認為最好的方式。

二、血液透析注意事項

- 1.水分：二次透析間水分一般不超過體重（乾體重）的百分之五，例如：60 公斤的病人，則應限制在 3 公斤以內。
- 2 注意攝取充份的蛋白質，每餐至少 2 兩肉，例如：瘦肉、魚肉、雞蛋、牛奶、豆腐、豆干，尤其是素食者應特別注意蛋、奶、黃豆製品之攝取。
- 3.三餐及點心應注意服用氫氧化鋁（俗稱胃乳片）或鈣片，以防血磷上升。
- 4.鉀離子普遍存在各類蔬果、肉類、高湯，為避免血中鉀離子過高而造成心律不整，食用青菜前請用開水燙過丟棄湯汁，再予以烹調。
- 5.每次透析後需補充水溶性維生素之營養包（每週的星期四、五會發給病人三包營養包）
- 6.避免菸、酒、咖啡及茶類飲品，嚴禁罐頭食品及醃製品。
- 7.隨時檢查動靜脈瘻管的功能應有電流感（觸電感）、（沙沙聲）。
- 8.按時接受洗腎，不可隨意不來，以免病情加重
- 9.避免涉及公共場所，外出時宜戴口罩，減少感染機會

請以健保卡登入健保署官網，註冊申請個人健康存摺，（即個人健保就醫、用藥及檢驗檢查報告明細），可掌握自我健康資訊及就醫時供醫師參考，以提升醫療安全及效益。