

血液透析病人日常生活照顧



❖一、飲食方面（圖片）

按照醫護人員指示，控制飲食不要吃太鹹食物，蛋白質要適當的限制，不要吃高鉀和高磷食物。

含鉀的食物

香蕉



蕃茄



雞精



低鈉鹽



南瓜



茄子



楊桃



哈密瓜

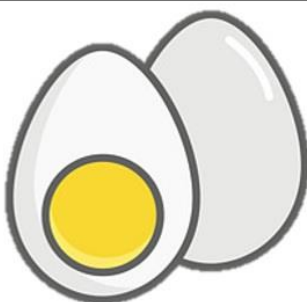


含磷的食物

牛奶



蛋黃



養樂多



花生



❖二、體重控制

- 1.每日固定時間與同一磅秤測量體重，兩次透析間增加之體重不超過5%，例如乾體重 50 公斤， $5\% (50 \times 0.05) = 2.5$ 公斤。
則兩次透析間增加之體重不超過 2.5 公斤。



❖三、日常生活注意事項

- 1.生活作息正常，定時接受透析治療，定時量血壓並記錄。
- 2.不要抽煙及喝酒，保持運動習慣。
- 3.不要吃中、草藥及止痛藥，不吃來路不明藥物(例如:廣播電台藥物)
- 4.注意大小便顏色、皮膚有無瘀青或出血點。
- 5.動靜脈瘻管肢體不要量血壓、抽血、提重物。(圖片)
- 6.動靜脈瘻管處異常出血或沒有咻咻聲，須儘快就醫。



參考文獻：

- 李和惠、黃鈺雯、林麗秋(2011)·泌尿系統疾病病人之護理·於胡月娟總校閱，內外科護理學下冊(三版，39-111 頁)·台北市：華杏。
- 李嘉蕙、謝珮琳、陳瑋 (2016)，泌尿系統疾病之護理，於劉雪娥總校閱，成人內外科護理下冊(七版，837-839 頁)，台北市：華杏。
- 吳淑華、戴秀珍、周郁文、張純純、蔡麗紅(2015)·降低血液透析病人透析間體重增加超過乾體重 5%之改善專案·長庚護理，26(1)，41-52。

