編印單位：DON-4-內 069
制定日期：102 年 09 月 25 日
修訂日期：111 年 04 月 01 日第 8 版

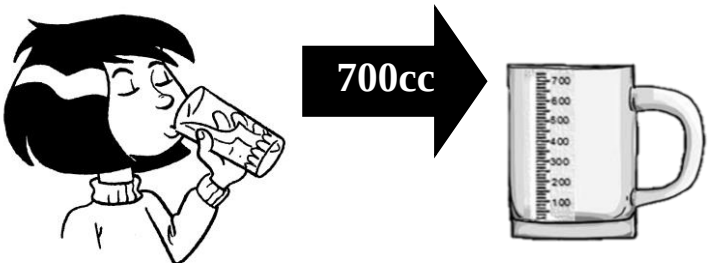
衛 教 指 導

長期透析水份控制衛教指導

接受血液透析治療的病人需配合限制飲食和水份，才能維持乾體重在理想範圍內:

❖每天水份攝取

每天的飲水量，是前一天的尿量加 500～700cc 的水(圖片)。



❖減少水份攝取

1.口渴時，可用水漱口或含冰塊來解渴，但冰塊含水份，不可多吃。

2.可藉檸檬汁、口香糖刺激唾液分泌，也可將水份混和檸檬汁結成冰塊，口渴時含一粒冰在口中。

3.**減少攝取水份含量多的食物**(圖片)

湯　　麵條　　布丁　　冰淇淋

4.水果一般含水量較多，要**少量**攝取。

西瓜

5.少吃太鹹的食物，**少吃醃製及加工製品或罐頭食品(圖片)**。

參考文獻：
葉淑敏、林育如、徐紫娟、張玉婷(2021)．運用自我管理策略控制血液透析病人透析間體重增加之改善方案．*護理雜誌 68*(5)．83-91。