

腎友的生命線 瘢管

洗腎室護理師 / 阮品瑞

王阿伯62歲，育有一男兩女，婚姻離異。病史：高血壓、糖尿病。平日未規則服藥，四肢活動度尚可，能獨立下床，盥洗需旁人協助。平日子女忙碌工作，無法照顧父親，入住安養中心。阿伯健談，洗腎一週三次，每次進洗腎室會主動舉起手打招呼問好，態度親切。子女平均一週一次到病房探視，互動良好，會主動關心父親狀況。

個案在2016年7月左手手臂做人工瘻管，8月第一次上針，阿伯平日並不會照護瘻管，需經常提醒，但他仍常常把左手手臂瘻管當枕頭睡。最近因瘻管阻塞，進行通血管手術，加強照護瘻管方法及技巧，並與安養中心護理人員聯繫希望能避免瘻管再次阻塞。

瘻管是洗腎病人的第二生命，因故瘻管又稱為是腎友的生命線，也是決定腎友人生是否為彩色的重要影響因素，當瘻管出現問題時常見以下徵兆：

- 1. 打針處日漸腫大。
- 2. 打針處反抽時有血絲或血塊。
- 3. 拔針時止血困難、耗時。
- 4. 聽診時有颱風音(高音調)。
- 5. 觸診時為跳動非震顫感。
- 6. 單側肢體腫大。

如有以上徵兆時即應早期介入處理，如手部握球運動、熱敷瘻管處或紅外線燈照射瘻管處，必要時依醫師安排早期執行氣球擴張術或血栓切除術，瘻管保養與照顧是生命延續的重要因素，保養功課不可少，健康長壽不會少。



如何保護您的瘻管？

以下介紹瘻管保健的注意事項：

一、瘻管隔天即穿刺一次，因此要特別注意預防感染。

1、穿刺前應先以肥皂及大量清水沖洗要穿刺的部位。

2、穿刺前特別留意要穿刺的部位有無紅腫與皮膚受損情形。

3、如有異常紅腫或皮膚受損，應請醫師評估。

4、萬一未打中瘻管，有漏針或產生皮下血腫時，因先消毒附蓋無菌紗布並立即冰敷，1-2天後再改用溫水熱敷。注意不可將傷口弄濕。

5、血液透析治療結束後，穿刺部位塗上優碘消毒後再附蓋無菌紗布，於12-24小時後才可撕掉紗布。

6、拔針後因輕壓穿刺口15-30分鐘，確定止血後，再重新消毒與附蓋無菌紗布。

7、若傷口不慎弄濕，應立即消毒並更換紗布。

8、注意蓋住傷口那一面紗布不許有任何觸摸，黏貼膠帶時也要將紗布完全密封，如此傷口才會儘速癒合。

二、瘻管保健靠自己，每日保養不可少。

1. 每日早晚自我檢查瘻管血流量：

觸摸有無震顫(電流)感覺，使用聽診器聽診是否有“呼呼聲”，如聽診無“呼呼聲”或聲音變小皆應立即就醫處理。

2. 每日運動不可少，持之以恆不間斷：

· **手背加壓握拳(球)運動：**

想像手中有一顆雞蛋要將其壓破或手握壓軟式網球，每次3-5秒鐘後放鬆，反覆做10-15分鐘，每天做數次，可強化血管彈性及增加血流量。

· **手部扭乾濕毛巾運動：**

每天做數次，每次持續做10-15分鐘，可強化血管彈性及增加血流量。

氣功之甩手與拍打手臂運動：每天做數次，每次持續做10-15分鐘，可強化血管彈性及增加血流量。

3. 瘻管保健靠自己，注意事項要知曉。

瘻管之手只用於透析治療，勿進行抽血、靜脈注射、量血壓或以手臂當枕頭；勿穿過緊衣服或用過緊護腕約束。避免抽煙，因為香菸中的尼古丁會造成血管收縮，減少瘻管使用年限。有血壓過低、血管不易止血時，請特別聽診無“呼呼聲”或聲音變小皆應立即就醫處理。任何瘻管或人工血管有問題時，請積極接受治療。