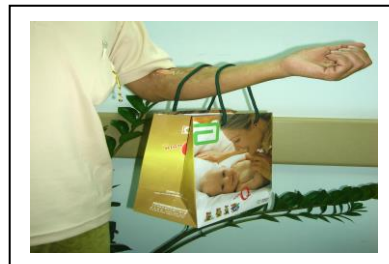


# 瘻管日常生活照顧注意事項

93.10 初制

102.08 五修

- 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。
- 2、勤做握球運動：
  - (1) 非洗腎日每天做 3-4 次，先熱敷 5-10 分鐘，握球時用力持續 5-10 秒才放鬆，重複運動 10-15 分鐘。
  - (2) 洗腎日可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，利用遠紅外線能量提高瘻管血流及減少血栓形成，效果不錯。
- 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。
- 5、血管太隆凸時，可以護腕或彈繃保護，避免外傷。
- 6、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。
- 7、瘻管受傷出血時，必須立刻壓迫止血盡快就醫。
- 8、避免抽煙，因為尼古丁會使血管收縮，容易造成瘻管阻塞。
- 9、注意瘻管肢體保暖。
- 10、避免壓迫：
  - (1) 瘻管上方關節勿過動彎曲。
  - (2) 睡覺時勿以手臂當枕。
  - (3) 勿穿過緊的衣物或過緊護腕。
  - (4) 勿在建立瘻管的手臂戴手錶。
  - (5) 提重物時，勿壓迫在瘻管勾部。
  - (6) 洗腎後勿過於用力止血加壓。



新北市立聯合醫院洗腎室關心您的健康  
聯絡電話：(02)29829111 分機 3305 或 3304  
(02)22575151 分機 2323 或 2322