

## 6. 惡劣天氣情況下:

病人在血液透析日遇上颱風,黑色暴雨等,請先用電話與血液透析室之護士聯絡,以確實血液透析時間。

## 7. 工作:

可與護士聯絡安排適合之治療時間,以便繼續工作或進修。

## 8. 社交:

患者因應自己的嗜好及能力,多參與社群、活動,使生活更添姿彩。

## 9. 旅遊:

世界各地大多數都設有血液透析中心,只需在旅遊前,與當地之血液透析中心聯絡,預先作好安排,便可安心到各地遊覽。詳細情況需與醫科主診醫生查詢。

## 10. 需要時請致電主診醫生:

病人必須確知主診醫生之聯絡電話。

如有疑問,請致電聖德肋撒醫院血液透析室:22003143

Revised Date: 1 Oct 2022

PFE-DMC-6-C011



電話: (852) 22003434

網址: [www.sth.org.hk](http://www.sth.org.hk)

- 本院設有「八達通」時鐘泊車服務
- 綠色專線: 2, 17M, 25M, 46, 70,
- 紅色非專線 旺角往新蒲崗/黃大仙/九龍城
- 公共巴士: 1, 1A, 2A, 6D, 7B, 9, 12A, 13D, 16, 24, 27, 42, 95, 98C, 113, 203E, 296C, N216
- 港鐵
  - ※ 樂富: 可換乘的士約五分鐘到達
  - ※ 旺角: 可換乘非專線小巴至露明道口
  - ※ 宋皇台: B1 出口, 可步行 5-10 分到達
- 東鐵
  - ※ 旺東可換乘的士約五分鐘到達
  - ※ 九龍塘可換乘專線小巴 25M 至界限街
- 復康巴士: (852) 2817 8154



St. Teresa's Hospital  
聖德肋撒醫院

## 血液透析患者之護理

### Care for Haemodialysis Patient

## 健康資訊

### Health Information

## 血液透析中心

聖德肋撒醫院於一九八零年成立設備完善之血液透析中心。由經驗豐富的腎科醫生及已受專業訓練之護士主理。

辦公時間:

星期一至星期六: 上午七時至下午九時

星期日: 休息

公眾假期: 照常服務

位置: 主樓四樓

電話: 22003143



血液透析或血液過濾是利用血液透析機，把血液輸出體外，經人工腎臟和透析液過濾及清洗，帶走毒素和水分，俗稱之為「洗血」。「洗血」只代替腎臟的排泄功能但不可替代內分泌和新陳代謝功能，適用於治療急性腎功能衰竭或末期腎衰竭的危重病患。

### 血液透析後之注意點

- 患者於洗腎後或會感覺疲倦，此乃正常現象，故此應稍作休息。病者可能有食慾不振，噁心嘔吐等現象，通常休息後會有改善，若此現象持續不減，應與腎科主診醫生聯絡。
- **血壓低** — 立即卧床休息，將雙腿抬高，如病人清醒可給少量開水。
- **血壓高** — 依照醫生處方服食降血壓藥。
- **肌肉抽筋** — 按摩抽筋部位。
- **穿刺部位出血** — 用手按壓出血部位，直至止血為止，需時約 15 分鐘。
- **雙導管之處理** — 不可沾污雙導管或用力拉扯雙導管。

### 指導健康

#### 1. 控制體重

每天量度體重是非常重要的，如果體重增加過多，患者會有氣速、咳嗽、甚至不能平卧睡覺及身體出現水腫現象(水腫位置多出現在足踝、臉部及眼臉處)。理想的體重增加是按個別情況而定，一般體重增加每天約 0.5 至 0.7 公斤為佳。

#### 2. 皮膚護理

腎病患者多有皮膚乾燥及痕癢現象，可選擇有潤膚成份的肥皂沐浴，沐浴水溫不宜太熱，以免沖掉身體保護性的油脂，並於沐浴後在皮膚上塗抹潤膚品。衣服方面，可選擇透氣及較柔軟質料的衣物。

#### 3. 血壓

每天早晚度血壓，帶同記錄往覆診。

注意: 只可在洗腎後或醫生指示下服用血壓藥。

#### 4. 飲食指導

腎病食譜能量大部份能量是從五穀類攝取，詳細資料可參閱[腎病飲食指引]。患者可根據自己日常的飲食習慣和喜好，去編制適合自己健康和有益的腎病食譜。

編制食譜時，需注意下列幾點:

- **蛋白質**

每日要有適量的蛋白質進食。按體重而定，約 40 克至 60 克(即 3 至 4 兩肉)，應選擇高生理蛋白，如蛋類、奶類、豬、牛、雞及魚等。

- **鉀**

鉀質過高會影響心跳率。高鉀食物如香蕉、乾果、鮮果汁、醃製食品，濃茶等應減少進食。

- **鈉**

高鈉食物和味精，會令人口乾而多進水。

- **磷**

過多磷質會引致骨關節痛。高磷食物如奶及奶製品、內臟、果仁及乾豆等。

#### 5. 動靜脈導管護理

- 切勿在有動靜脈導管之手臂量血壓
- 不可在有動靜脈導管之手抽血或靜脈注射
- 不要穿戴手錶或飾物在動靜導管之手
- 簡單之手部運動，以保持血液流動