

# 衛教-動靜脈瘻管的保養 Q&A

## 1. 什麼是動靜脈瘻管?

當我們腎臟功能不佳，一般所稱的腎衰竭時，則需要接受透析的治療，若選擇的是由血液做透析，則需接受外科手術將動脈與靜脈接合，我們稱之為動靜脈瘻管，藉由此瘻管接上人工腎臟機（洗腎機），可以將身體的毒素及多餘的水分帶出去，對於要血液透析的病人來說是很重要的。因此**血管瘻管可說是腎友的第二生命**，要小心愛護。

## 2. 聽說有動脈瘻管的患者需要做握球運動，應該怎麼做？

通常在手術後第三天開始做**握球運動**，每次握的標準以手酸為準，緊握再打開最少要 300 次以上能達到 500 次以上最好。

## 3. 日常生活中又有什麼需要注意的？

- ✧ 動靜脈瘻管側的肢體避免量血壓、打針、抽血等，**最好主動和醫護人員說明**，且要避免戴手錶、飾物或穿袖過緊的衣服，及**搬運超過重量負荷的物品**，以免影響瘻管的功能。
- ✧ 平時或睡覺時**避免重壓**血管瘻管，更不可以墊在頭後當枕頭用，以防血流受壓變慢而導致血管栓塞。
- ✧ 在動完手術後，傷口保持乾燥清潔，若傷口會癢則以輕拍的方式，以緩解症狀，但勿直接碰觸傷口，同時勿用手去抓癢或弄濕，以避免感染。
- ✧ 天氣寒冷時，必須注意動靜脈瘻管處肢體的**保暖**，以防因過冷而使血液循環減慢，造成血管栓塞。
- ✧ 如為保暖，穿著較貼身**衣物**時，於瘻管肢體側的衣袖，可改成拉鏈式的袖子以減少壓迫，並方便執行透析治療。

## 4. 有高血壓的人每天都要量血壓，那有動脈瘻管的人要怎麼自我檢測呢？

隨時檢視動靜脈瘻管的功能，可用**手觸摸**其振動情形，或用**聽診器**來監聽瘻管有無沙沙的聲音（似海浪聲）。當振動或聲音變弱時，或發出不一樣的聲音時，表示瘻管發生部份栓塞，如均無動靜則表示已完全阻塞。當遇到以上情形，可經洗腎室或到急診評估。

## 5. 遇到什麼情況建議就醫處理？

- ◇ 動靜脈瘻管處如發生紅、腫、熱、痛等發炎現象，請勿溫敷，應就醫處理或請洗腎室轉診。
- ◇ 當天洗腎後 24 小時或平時穿刺部位仍有出血不止的情形，請以無菌紗布或清潔布類局部加壓止血，如仍無法止住，請立即就醫處理。
- ◇ 傷口開始腫、一點點痛、血流過低或過強都不好。
- ◇ 避免量血壓、打針、抽血
- ◇ 避免戴手錶、飾物或穿過緊的衣服
- ◇ 避免搬運過重的物品
- ◇ 避免重壓，例:不可墊在頭後當枕頭
- ◇ 避免直接碰觸傷口，勿用手抓或弄濕
- ◇ 術後三天開始做**握球運動**，緊握至手酸再打開，最少 300 次以上
- ◇ 天氣寒冷時，注意保暖
- ◇ 袖子改拉鍊式以減少壓迫