



血液透析神隊友養成記

文／護理部 護理師 汪碧雲

個案分享

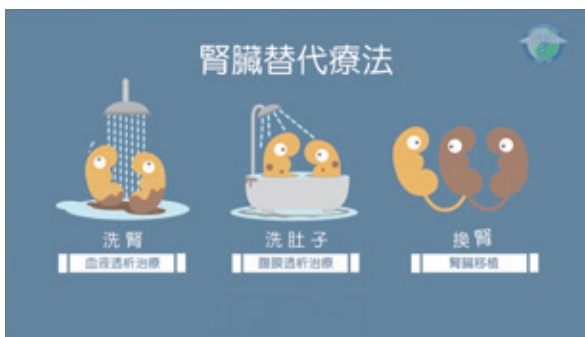
快 70歲的江先生已經進行血液透析快半年了！規律的血液透析治療和藥物、飲食控制，讓他不再浮腫倦怠之外，更顯得精神煥發、神采飛揚。和多數病人一樣，當醫師告知江先生和太太，江先生因尿毒症狀惡化需要長期接受透析治療時，他說自己的世界崩潰了，最害怕的事情終於發生了，雖然知道我國透析醫療品質佳，透析對腎衰竭者而言是一種安全又有效的治療方法，但想到以後都要靠洗腎機才能活下去，突然感覺生活和生命變得不確定、一切都失去了意義。

大概4年前，江先生在女兒建議下從診所轉來本院腎臟科治療，他和太太是模範病人和家屬，每次門診兩人都會一起來聽護理衛教和營養衛教。隨著腎功能退化，江先生血磷上升，醫師開立磷結合劑，經過衛教指導，他們知道磷結合劑的作用是在腸胃道內結合食物中的磷，藉以降低磷吸收^{註1}，所以要吃對方法才有效。

**讓病人深刻的懂，
比告訴他們什麼不能做更有效！**

江先生每次用餐時都會利用切藥器將降磷的碳酸鈣切碎、有時還會磨成粉，和高磷的食物（如肉類或蛋黃）一起吃，增強藥效。他們知道乳製品的磷難以靠鈣片結合、透析治療也無法有效清除，所以都不吃，詢問江先生為什麼不怕麻煩，他說為了身體健康當然要確實做到，還說人若無知、身體會受苦。

去年感染新冠肺炎，成了壓垮江先生腎功能的稻草。由於江先生已罹患20多年糖尿病，當腎功能（e GFR）持續2次檢驗都小於8% ml/min/1.73m²，主治醫師建議江先生和太太要有未來可能需要長期透析心理準備，以及到衛教室了解腎臟替代療法。江先生和太太兩人住在台中市，子女都在台北或國外，第一次透析衛教時，60多歲的江太太毅然選擇要捐贈腎臟給先生，她請醫師做活體腎移植的相關檢查，但因種種因素，最後沒有手術。後續江太太很積極詢問腹膜透析治療，同時到腹膜透析室觀摩環境和腎友交換治療經驗，現實逼人、深思熟慮後，年邁的兩人最後選擇血液透析治療，同時完成自體動靜脈瘻管手術。



以透析影片進行透析衛教。

懂得善用時間的兩人每次來等門診時， 都會來找衛教護理師。

這次衛教學習的重點，是血液透析動靜脈瘻管的握球運動和日常照顧。他們知道有血管通路的手臂不要攜帶過重的東西、不可當作枕頭用、不戴手錶或飾物，禁止測量血壓、抽血、打點滴，不穿太緊的衣服壓迫瘻管。

另外，記得要每天檢查瘻管，當用手觸摸感覺不到觸電感、振動感，聽不到沙沙聲響動，可能是瘻管阻塞的徵兆，應該馬上到心臟血管外科找主治醫師處理。同時，若江先生小便量變少，應提醒他每日測量和記錄體重，每日水分攝取為每日尿量加上500-700cc水分（食物含水量和飲水量）。

江先生說，別人的經驗都是故事， 自己經歷後才是真體驗。

經過幾次血液透析治療移除體內多餘的水分和毒素後，江先生終於可以真正平躺睡

得好和吃得香了。他說不能一直被困在被宣判要透析的那一天，現在每天都會到附近公園散步，精神變好後，發現季節不同、開的花也不同。

詢問江先生誰是他的神隊友，他說當然是太太和兒女。太太曾跟他說：「你只是生病了，不是壞掉的人！」靦腆的江先生還說，醫師和護理師也幫了很大的忙，尤其當他快被壞情緒淹沒時，很多無法對妻小坦承的脆弱無助，只能對護理師一一訴說……

說著說著漸漸心情變得穩定、 有力量為了自己和家人一起努力下去。

我提醒江先生，他才是全場最靚仔兼第一名的神隊友，帥氣的他願意給別人空間靠近、也願意表達情緒並採取行動，畢竟不是生活中的所有不如意都能被解決，當下不能解決的只能先放著，這不是無奈或是逃避，而是有智慧、平靜地和它相處。第一名的神隊友以自身的生命經歷長出一棵大樹，內心像大樹一樣堅韌而平靜，給自己無限的勇氣和力量。🌳



一對一教導病人使用APP查報告和衛教影片單張。

| 參考文獻 |

註1.財團法人國家衛生研究院 (2015) · 2015 臺灣慢性腎臟病臨床診療指引 · 台北：財團法人國家衛生研究院