

[XUEYETOUXI ZHILIAO HUANZHE]
SHENGHUO ZHIDAO



血液透析治疗 患者生活指导

主编 © 翟 丽

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



血液透析治疗患者

XUEYE TOUXI ZHILIAO HUANZHE
SHENGHUO ZHIDAO

生活指导

主 编 翟 丽

编 者 翟 丽 张燕燕 路 明

胡梅英 赵燕玲 陆文进

何雯雯 梁秀茹 邵 杰

万季芳

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

血液透析治疗患者生活指导/翟丽主编. —北京: 人民军医出版社,
2008. 9

ISBN 978-7-5091-2020-0

I. 血… II. 翟… III. 血液透析—通俗读物 IV. R459.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 118496 号

策划编辑: 吴磊 张忠丽

文字编辑: 池静

责任审读: 刘平

出版人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社

经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927270; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 京南印刷厂

装订: 桃园装订有限公司

开本: 710mm×960mm 1/16

印张: 8.75 字数: 109 千字

版、印次: 2008 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~4000

定价: 18.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



内 容 提 要



本书依照肾衰竭患者从被动地面对血液透析治疗到主动配合治疗的过程，以预防血液透析并发症为主线，就患者和家属要面对的各种问题，运用详实的例据阐述了血液透析专业理论、技术及常识，并以通俗易懂的方式介绍了血液透析的治疗、护理、营养以及心理、社会等问题。本书为血液透析治疗患者接受和适应透析治疗的必备读物，适合血液透析治疗患者、家属及血液透析治疗护士阅读。



序



慢性肾病极大地危害了患者的身体健康，影响了患者的生活质量，是继心脑血管病、肿瘤、糖尿病后又一个威胁人类健康的重要疾病。2007年2月20日，国际肾脏病学会向全世界发出公告：目前世界有5亿人患有不同的肾疾病，每年超过百万人死于慢性肾病相关的心血管疾病，它已成为全球性公共卫生问题。

目前，随着社会进步和生活水平的提高，一些不良的生活方式（如进食热量过高、体力活动不足等）很易导致肥胖、糖尿病及高血压等代谢性疾病，并易继发肾损害。目前，糖尿病肾病及高血压肾硬化症在我国已成为导致终末期肾衰竭的第二、三位疾病。这必须引起各方高度关注。

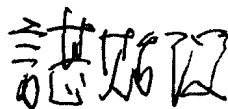
慢性肾衰竭目前还无法治愈，在保守治疗不能改善病情时，最终将依赖血液透析、腹膜透析或肾移植等肾替代治疗手段维持生命。慢性肾衰竭患者正在逐年增加，高额的肾替代治疗费用，给个人、家庭、社会造成很大负担。在美国，终末期肾衰竭患者门诊透析平均每人每年花费3.4万美元，我国维持性透析患者治疗费用一年7万~10万元人民币。

目前，日本接受血液透析的患者已达 25 万人，我国维持性血液透析治疗患者也在日益增多，伴随而来的血液透析的并发症威胁着患者的生活质量与长期存活率。加强对维持性血液透析治疗患者的管理，致力于预防血液透析并发症的发生，提高患者生活质量，延长患者生命，是我们从事血液透析治疗工作者永恒的主题。

本书主编从事血液透析护理工作二十余年，她把在工作中积累的丰富经验加以总结编写了这本书。将血液透析治疗患者日常遇到和经常被困扰的问题加以分析，以预防并发症为主线，按照患者面对血液透析治疗、接受透析治疗、适应透析治疗和把握透析生活的顺序写作，循循善诱地阐明了血液透析治疗的原理、方法、意义，患者在维持透析期间生活饮食方面应注意的问题，以及患者会遇到的心理问题和回归社会问题等。全书共分 10 个部分，将医学专业知识技能与生活常识融于一体，图文并茂，内容生动，通俗易懂，具有很高的知识性和可读性。

希望本书对初期从事血液透析工作的护理人员在了解患者心理、指导患者饮食、生活方面能有所启发和指导；对血液透析治疗患者和家属了解血液透析的有关科学知识方面能有所帮助，以满足患者的知识需求，增强相关问题的处理能力，预防和减少并发症的发生，从而达到提高生活质量、延长生命的目的。愿本书成为读者的良师益友！

卫生部中日友好医院肾病中心首席专家
中华医学会肾脏病学分会名誉主任委员



2008 年 7 月

前言

随着社会的进步和人民生活水平的提高，劳动强度的降低，由不良饮食习惯及生活方式引发的营养代谢障碍等相关肾病患者日益增多。随着医学科学的进步和血液透析技术的发展，医疗保障的逐步完善，慢性肾病患者生存年限逐渐延长，使得血液透析治疗患者逐年增加，并且形成逐渐老龄化的趋势。血液透析是长期的治疗过程，如果不接受肾移植，血液透析治疗将伴随他们的一生。透析的并发症及透析患者的心理问题等，严重影响了患者生活质量和长期存活率。怎样帮助患者很好地接受血液透析治疗和适应透析生活，预防并发症的发生，怎样帮助他们提高生活质量，走好今后的人生道路，是摆在我们医务人员面前的艰巨任务。为了帮助他们走出困境，我们利用工作之余翻阅了大量的资料并结合实际的临床经验，根据患者知识水平的不同和对医学知识了解的差异编写了这本书，对透析治疗、生活饮食、回归社会等问题从护理视角通俗易懂、图文并茂地作了介绍和阐述，力图使每一个患者懂得，在与疾病作斗争的过程中，有医护人员与他们共同面对，即使肾衰竭需要肾替代治疗来维持生命也不可怕。在现有医疗技术与医疗水平的情况

下，有医护人员保驾护航，只要患者拿出勇气与毅力做生活的强者，幸福生活的风帆照样可以扬起！面对疾病，最可怕的敌人是自己，最可悲的是失去生活的勇气。只有挑战自我、战胜自我，适应透析生活才能重新得到幸福。真诚希望患者能够通过阅读本书了解医学知识，预防并发症的发生，减少不必要的医疗开支，从而摆脱病痛的困扰，掌握自己的命运。

希望本书能够对患者及家庭有所帮助，减轻患者、家庭和社会的负担，对社会有所贡献。

在本书的编写过程中，得到了中日友好医院肾病中心主任李文歌教授的大力帮助，并得到付芳婷教授、护理部李秀华主任、郭敬霞护士长的热情支持及许多患者和家属的极大鼓励，在此表示深深的谢意！因为水平有限，书中不足之处，请读者不吝指正。

翟 丽

2008年7月

目 录

直面血液透析治疗 1

- 肾替代疗法——生命的希望之光 3
- 接受血液透析治疗必须了解的事宜 5
- 血液透析治疗患者办理医疗保险手续的一般程序 6
- 血液透析治疗的过程 7
- 接受透析治疗的患者需做四项准备 8
- 透析治疗时需准备和携带的物品 10
- 在透析治疗中摄取饮食的问题 10

接受血液透析治疗 13

- 什么是血液透析治疗 15
- 人工肾（透析器）与血液回路 15
- 透析液与透析用水 17

人体肾功能与人工肾功能的比较 19

- 认识人体肾 21
- 肾的功能 22

血液透析治疗患者生活指导

人工肾的治疗原理与肾替代 25

血液透析治疗中的血液通路 27

何谓血管通路 29

血管通路建立的时机与选择 29

动静脉穿刺建立临时血管通路的特点与护理 30

留置临时导管与长期导管的特点 31

导管留置后日常生活注意事项 33

永久性血管通路 34

血液透析治疗患者自身动静脉内瘘的制作、使用与保护 35

血液透析治疗患者动静脉内瘘易发生的并发症 42

血液透析治疗患者移植血管动静脉内瘘的制作、使用与保护 48

血液透析治疗患者的透析除水与体重计算 53

除水的意义与计算 55

干体重与饮水限量问题 57

血液透析治疗中会发生的情况 63

血液透析治疗中患者的血压变化 65

血液透析治疗中患者的心率变化 68

血液透析治疗中患者发生的失衡综合征 70

血液透析治疗中患者发生的变态反应 71

血液透析治疗中患者发生肌肉痉挛 72

血液透析治疗中患者的体温异常 73

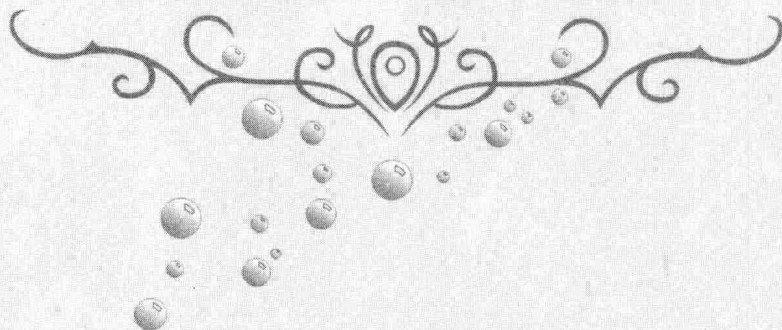
血液透析治疗的充分性 75

肾一旦衰竭便会发生尿毒症 77

血液透析治疗一定要充分 80

评价透析治疗充分性的方法	80
血液透析治疗患者常用的检查项目	81
血液透析治疗患者应当限制饮食	85
合理搭配 科学饮食	87
限制摄取的总热量	88
三大营养物质(糖类、脂肪、蛋白质)的摄入量	89
血液透析治疗患者其他营养物质的控制问题	91
血液透析治疗患者需要补充水溶性维生素	93
日本血液透析治疗患者一日饮食方案举例	94
血液透析治疗患者的生活与心理指导	97
生活指导	99
心理指导	106
带病健康生活	111
血液透析治疗患者饮食控制具体方法	115
热量计算原则与基本热量、蛋白量查表	117
血液透析治疗患者一日营养需要量例举	119
血液透析治疗患者一日水分摄入量计算方法	121
血液透析治疗患者自我管理表	122
常见食物成分表	124

直面血液透析治疗



接受血液透析治疗？接受血液透析治疗！



肾替代疗法——生命的希望之光

随着社会的进步与发展，人们的工作生活节奏加快，精神紧张起来，每天忙忙碌碌从事各项工作，大家很少顾及到自己的身体。直到有一天患者出现恶心呕吐、食欲缺乏，全身乏力不能承受工作时，才发现最近一段时期消瘦了许多，或眼睑、下肢都水肿了……

患者来到医院进行检查，会发现血压高出正常，尿里出现蛋白，身体中的代谢产物本来应该排出体外的，却在身体里滞留起来了。

许多患者在病情已经到了肾衰竭的终末期，肾功能的保留已经不足 10% 的情况下，才认识到自己病情的严重性。当患者不得不面对需要依赖肾替代治疗才能维持生命之时，许多患者都不理解，甚至不相信。有些患者会问：“为什么会是这样？肾？肾在哪？它是干什么的？将来怎么办？……”表现出很茫然、悲观、无助的心理状态。



肾病是严重危害患者身体健康的疾病。由于肾组织的代偿能力强，在肾组织逐渐被破坏的过程中，发病缓慢隐匿，早期无明显的临床症状，因此不易被发现。由于肾组织细胞没有再生能力，一旦出现明显的临床症状，往往肾已经损害到一定程度，常因无法根治而成为终身疾病（急性肾病除外）。慢性肾疾病的病程长，病情复杂，严重影响患者的生活质量和寿命。

肾是人体重要的排泄器官！当肾的功能因各种原因造成衰竭以后，

血液透析治疗患者生活指导

由于机体内新陈代谢的不断进行，代谢产物会因肾功能的衰竭而排泄不出去，便在体内不断堆积，从而会对各个脏器造成损害，当代谢产物的蓄积超过了机体的耐受能力，便会出现严重的临床症状，使人体发生酸中毒，代谢紊乱，甚至会威胁生命，只有肾替代疗法才能帮助患者摆脱困境。目前的血液透析、腹膜透析、肾移植等治疗，就是这样的一些科学有效的治疗方法，可以帮助患者重获新生。

当患者和家属都明白了病情的严重性，在面对血液透析治疗时，患者不甘心又不得不接受，常表现出矛盾的被迫心理，认为“天塌了”“没救了”……自暴自弃。有的患者甚至说：“这一百多斤反正是交给你们了！”可见许多尿毒症患者连同家属，在透析治疗之初往往都很悲观和恐惧。

身为站在血液透析工作最前沿的医务工作者，我们要说：“如果在 40

年前得了肾衰竭，那几乎真是走到了生命的尽头，现在就不同了！科学的发展带来了医学科学的长足进步，使我们有许多方法来改变命运！血液透析治疗就是其中的一种，它是非常有效的肾替代疗法，可以帮助患者清除毒素、减少代谢产物在体内的堆积、纠正酸中毒、减轻尿毒症毒性物质对机体的损害、缓解症状，并且维持机体内环境的稳定，从而使患者摆脱疾病状态的困境，延长生命，为接受肾移植争取时机。许多的患者在经过一段时间的透析治疗后症状缓解，又对生活产生了新的希望。

目前，世界上接受肾替代治疗的患者很多，日本的血液透析治疗患者已达到 25 万人，已经有患者仅靠血液透析就维持了 30 多年，并且还能像正常人一样地生活。我们相信，在医师、



护士、患者、家属以及社会的共同努力下，我们的血液透析治疗患者也同样能够走出沼泽，挣脱疾病的桎梏！

接受血液透析治疗必须了解的事宜

在接受血液透析治疗之初，患者及家属因为缺乏肾病方面的知识，又受到疾病的打击，思维一时没有头绪，常茫然不知所措，想要了解的东西很多，不知道先从何开始，对医护人员非常依赖和信任。此时千万不要慌张、着急，许多事情需要去做，但事情分轻重缓急。

医护人员会积极行动，制定个体治疗及护理方案，准备接纳新患者治疗。医师会告诉患者和家属什么是血液透析，为什么需要此治疗，不进行此治疗会出现什么样的后果；血液透析治疗时使用什么物品和设备，有没有危险性；为做治疗，患者方面需要建立什么样的血液通路，有没有痛苦。医师会为患者量体裁衣地制定治疗方案并争得患者及家属的同意。患者及家属应当认真考虑医师的建议，在建立血管通路方面，从个体条件、经济状况思考怎样做才更适合患者自己，不耽误抢救和治疗时间。另外，在血液透析治疗同意书上签字是必不可少的程序。

护士会积极准备治疗用具及药品，热情接待并安慰患者、介绍环境，在病情许可的情况下为新患者介绍病情稳定、自我管理较好的患者朋友，拉近护患距离，建立良好的护患关系，消除患者的陌生感和恐惧感。同时，护士还会告知家属每次治疗需要准备一些什么物品，治疗相关的注意事项，治疗的费用和交费方法，指导患者和家属去办理医疗保险的相关手续。

家属应当及时交纳治疗费用，避免影响患者治疗，家属还应到医院的医疗保险办公室去了解维持性血液透析治疗的医保费用及手续的办理流程，了解一年的治疗费用限额、自费部分比例，超过的费用如何办等。

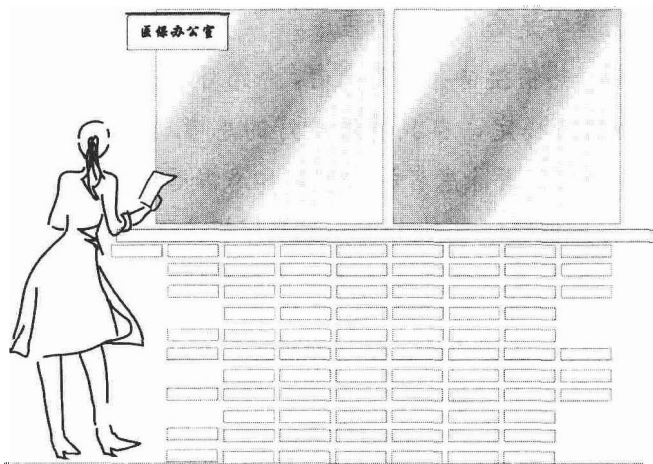
这些对患者今后接受必要的治疗，节约不必要的开支很重要。因此，患者和家属一定要弄清楚哦！

血液透析治疗患者办理医疗保险手续的一般程序

1. 特种病（与透析有关） 请医师填写当地医疗保险特种病申请单一式三份，并签字、盖章。然后持该申请表、患者身份证、医疗保险手册（蓝本），分别在透析医院的医疗保险办公室、患者工作单位、患者居住区的医疗保险中心盖章。在盖章的同时，各职能部门会分别留存一份申请表备案，患者手中还要持有一份。

申请的生效是自审批日期开始使用特种病医疗保险，先交付押金，每月结账，交纳个人应自付款的部分。

特种病医疗保险每 360 天须重新审批一次。为了保证特种病医疗保险的连贯性，患者需要提前办理审批手续。



2. 普通医疗保险 与血液透析治疗无关的药物需在门诊全额交费，以后将交费收据和药方底单交由患者的工作单位或街道、社区统一到医疗保险办公室去办理报销手续。

无论是特种病医疗保险还是普通医疗保险都要依照相关规定，分别依个人情况的不同，交付不同比例的费用。更为详