

腹膜透析手册

(配VCD)

编 著◎汪 涛



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

腹膜透析手册

FUMO TOUXI SHOUCE

汪 涛 编 著

图书在版编目(CIP)数据

腹膜透析手册/汪涛编著. —北京:人民军医出版社, 2004. 4
ISBN 7-80194-236-1

I. 腹… II. 汪… III. 腹膜透析—手册 IV. R459.5-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 010324 号

策划编辑:王 敏 加工编辑:于晓红 责任审读:李 晨
版式设计:周小娟 封面设计:龙 岩 责任监印:陈琪福
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:北京市复兴路22号甲3号 邮编:100842
电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)
传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)
网址:www. pmmp. com. cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:桃园装订厂
开本:850mm×1168mm 1/32
印张:7 字数:125千字
版次:2004年4月第1版 印次:2004年4月第1次印刷
印数:0001~6000
定价:29.00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
电话:(010)66882585、51927252

献给蒙受尿毒症折磨的
朋友，衷心祝愿您们早日恢
复正常生活，继续去实现自
己的愿望和梦想！

内 容 提 要

本书由北京大学著名肾病专家编写。作者结合多年肾衰竭病人腹膜透析治疗的经验,系统介绍了腹膜透析的基本知识、家庭腹膜透析操作要领、并发症处理技术,同时介绍了腹膜透析病人合理用药、科学饮食、自我护理、临床复诊方法以及日常生活的注意事项等。本书图文并茂、通俗易懂、简便易行,并附有一张腹膜透析病人运动保健操的 VCD 光盘。可作为家庭腹膜透析病人及其家属必备的指导性用书,同时可供各级各类医疗机构肾病科医务人员参阅。

责任编辑 王 敏 于晓红

前 言

尿毒症是一种常见的疾病,透析和肾移植是目前治疗尿毒症的主要手段。由于移植肾脏来源有限,大多数尿毒症病人只能接受透析治疗。腹膜透析是一种操作简单、病人可以自己在家中进行的透析方式,在我国香港,80%以上的透析病人选择腹膜透析治疗。但是,目前我国大多数地方,由于宣传教育工作做得不够,许多病人不清楚腹膜透析治疗应该怎样正确进行,特别是不知道如何在生活方式、心理调适等方面配合治疗,因而造成许多医护人员及病人对腹膜透析产生诸多误解。

自1990年起,我在我国腹膜透析治疗的创始人叶任高教授的指导下,开始从事腹膜透析治疗的临床和研究工作,深深地感受到了腹膜透析治疗的优势所在。特别是在2002年,我任北京大学长江学者、特聘教授以来,建立了具有国际水准、国内规模最大的腹膜透析中心,在我们中心治疗的大多数尿毒症病人,通过腹膜透析治疗,已生活得如同正常人,许多病人已重返工作岗位,这些变化在很大程度上得益于我们让病人充分掌握了腹膜透析过程中的注意事项,使病人更为主动积极地参与我们的治疗。我们曾在国际腹膜透析治疗领域最负盛名的加拿大

多伦多医院西院(Toronto Western Hospital)采用的腹膜透析病人培训手册的基础上,结合我国病人的特点,两度修改我们的病人手册。在修改过程中得到了病人的大力支持,不少病人给我们提出了大量有益的建议。

应国内许多肾脏科医护人员的要求,我们在原先使用的腹膜透析病人手册的基础上,再次做了大幅度的修改,将北京大学第一医院肾内科腹膜透析中心的经验,特别是在培训病人的过程中积累的经验总结出来。希望本书能帮助腹膜透析病人更好地掌握腹膜透析的治疗技术,享有更好的生活质量,并重返工作岗位继续为国家做贡献。

本书是北京大学第一医院肾内科腹膜透析中心全体医护人员辛勤劳动的结果。中心的下列人员也参与了本书的编写或修改:董捷、甘红兵、陈孟华、王兰、全蕾、鲁新红、骆素萍、许莹、王鑫等。在此,我衷心感谢我们中心的全体员工,他们对工作的高度热情和责任感以及对病人深深的爱常常激励着我去更好地为病人服务。我也衷心感谢我们中心的所有病人对我们工作的配合和支持,衷心希望我们的腹膜透析病人生活得更好。

由于时间紧迫以及水平有限,本书难免有错误和不恰当的地方,希望读者给予批评指正。

汪 涛

2004年3月于北京大学



一、肾脏的功能	(1)
1. 肾脏是什么样的器官	(1)
2. 肾脏是如何工作的	(2)
3. 肾脏有哪些功能	(2)
4. 肾脏为什么会发生功能衰竭	(3)
5. 肾功能衰竭时会出现哪些现象	(5)
6. 肾功能衰竭到了终末期怎么办	(6)
7. 透析的作用与正常肾的功能一样吗	(6)
8. 血液透析是怎么回事	(8)
9. 腹膜透析是怎么回事	(10)
10. 肾脏移植是怎么回事	(12)
11. 如何知道哪种治疗尿毒症的方法更适合你	(14)
12. 病人对开始透析治疗有恐惧心理正常吗 ...	(15)
13. 在腹膜透析治疗中,自己的肾脏有什么作用	(16)
14. 如何保护好残余肾功能	(17)
15. 决定接受腹膜透析后,你应做好哪些准备 ...	(17)

二、腹膜透析的原理..... (19)

1. 腹膜透析是如何进行的 (19)
2. 废物和多余的水分是如何进入到透析液中的
..... (19)
3. 腹膜透析有几种类型 (22)
4. 交换一次透析液有哪几个步骤 (22)
5. 如何合理安排透析液交换的时间 (23)
6. 如何合理选择腹膜透析液 (24)

三、腹膜透析的基本操作..... (25)

1. 腹膜透析应在什么样的环境下进行 (25)
2. 如何消毒腹膜透析的环境 (26)
3. 在家做腹膜透析应准备哪些必要物品 (27)
4. 做腹膜透析交换时需要哪些特殊物品 (27)
5. 透析用品都有什么作用 (27)
6. 如何更换腹膜透析液 (30)
7. 如何加温透析液 (37)
8. 如何处理透析排出液及不再使用的透析用品
..... (38)

四、无菌操作及管路出口处护理..... (40)

1. 细菌是从哪里来的 (40)
2. 细菌对透析有什么危害 (40)
3. 透析管路及其用途 (40)

4. 如何保护好你的透析管路 (41)
5. 哪些透析用品必须保持无菌 (42)
6. 细菌最容易污染的用品及部位 (42)
7. 认真清洁管路出口 (43)
8. 注意科学洗手 (44)
9. 规范地交换透析液 (45)
10. 注意个人卫生 (45)
11. 注意透析液交换地点及环境的卫生 (46)
12. 透析管路出口感染有哪 4 种征象 (46)
13. 发现出口感染征象后的应对方法 (47)
14. 防止便秘和腹泻 (47)

五、维持充分透析 (48)

1. 什么是充分透析 (48)
2. 什么是腹膜平衡试验(PET) (49)
3. 如何进行透析充分性评估 (50)
4. 为什么要保持体液平衡 (51)
5. 如何知道你的体液太多 (53)
6. 如何知道你的体液太少 (53)
7. 请注意你的体重 (54)
8. 请注意你的皮肤 (56)
9. 注意控制液体的摄入量 (56)
10. 注意控制盐的摄入量 (57)
11. 注意调节使用不同浓度的透析液 (58)
12. 监测血压的重要性 (59)

13. 学会自己量血压	(59)
14. 认真记录透析日志	(62)
六、合理用药	(65)
1. 腹膜透析常用的药物及作用	(65)
2. 你可能用到的特殊药物及作用	(69)
3. 往透析液中加入药物的操作步骤	(71)
4. 如何进行抗生素预防	(73)
七、科学饮食	(75)
1. 什么是科学饮食的关键	(75)
2. 补充更多的蛋白质	(76)
3. 应限制一些食物的摄入	(77)
4. 控制糖类的摄入量	(79)
5. 合理补充富含纤维的食物	(80)
6. 限制每天水的摄入量	(80)
7. 适量补充含钾高的食物	(81)
8. 加强与营养师的联系与合作	(82)
9. 做好每天的饮食记录	(83)
10. 腹膜透析病人可以借鉴的食谱	(85)
八、操作过程中碰到的问题的处理	(90)
1. 发现透析液的袋子渗漏怎么办	(90)
2. 发现灌液或排液速度缓慢怎么办	(90)
3. 发现出口处渗漏怎么办	(91)

- 4. 发现管路与接头分离怎么办 (91)
- 5. 发现物品的干性污染怎么办 (91)
- 6. 发现湿性污染怎么办 (92)
- 7. 别忘了关紧系统上的滚动夹子 (92)

九、防治并发症 (93)

- 1. 什么是腹膜炎 (93)
- 2. 引起腹膜炎的原因 (93)
- 3. 如何知道自己患了腹膜炎 (94)
- 4. 知道患了腹膜炎,应怎样做 (95)
- 5. 如何执行腹膜炎家庭治疗方案 (96)
- 6. 什么是纤维蛋白 (97)
- 7. 发现排出浑浊透析液怎么办 (97)
- 8. 发现排出血性透析液怎么办 (98)
- 9. 感到腹痛怎么办 (98)
- 10. 感到胸痛或肩痛怎么办 (99)
- 11. 出现气短怎么办 (99)
- 12. 发现血压太高怎么办 (99)
- 13. 发现血压太低怎么办 (100)
- 14. 发现皮肤瘙痒怎么办 (100)
- 15. 出现便秘怎么办 (101)
- 16. 出现贫血怎么办 (103)
- 17. 发现骨骼问题怎么办 (104)
- 18. 出现疝气怎么办 (104)
- 19. 发现腹部或阴囊漏液怎么办 (105)

20. 出现腿部抽筋怎么办 (105)

十、糖尿病病人腹膜透析注意事项 (106)

1. 什么是糖尿病 (106)

2. 怎么知道患了糖尿病 (107)

3. 糖尿病不治疗会发生什么情况 (108)

4. 发生糖尿病的危险因素有哪些 (108)

5. 糖尿病有几种类型 (109)

6. 什么是正常血糖水平 (109)

7. 监测糖尿病须做哪些检查 (110)

8. 什么是高血糖,原因是什么 (111)

9. 血糖太高应该怎么办 (112)

10. 什么是低血糖,原因是什么 (112)

11. 血糖太低应该怎么办 (113)

12. 怎样合理安排饮食 (114)

13. 有哪些治疗糖尿病的药物 (114)

14. 怎样科学使用胰岛素 (115)

15. 如果合并了其他急性并发症(如感冒)该怎么办 (117)

16. 糖尿病病人常会出现哪些并发症 (117)

17. 为什么说运动可以减少糖尿病的并发症
..... (118)

18. 怎样避免糖尿病眼部病变 (119)

19. 怎样避免糖尿病引起的心脏病 (120)

20. 怎样避免糖尿病神经病变 (121)

- 21. 怎样进行足部护理 (121)
- 22. 怎样保护好口腔 (122)
- 23. 糖尿病腹膜透析病人出院后应做哪些工作
..... (123)

十一、腹膜透析病人的家庭生活 (124)

- 1. 如何处理尿毒症和透析带来的压力 (124)
- 2. 腹膜透析后何时才能恢复"正常"呢 (125)
- 3. 如果开始新的家庭生活,怎样告诉对方有关
自己的病情 (127)
- 4. 如何正确处理你和家人、朋友的关系 (127)
- 5. 什么是抑郁 (130)
- 6. 发生抑郁的信号有哪些 (131)
- 7. 如果有抑郁该怎样治疗 (132)
- 8. 什么是焦虑 (133)
- 9. 如果患有焦虑该怎样治疗 (133)
- 10. 如何减少在透析过程中的愤怒情绪 (133)
- 11. 腹膜透析病人能参加运动吗 (134)
- 12. 怎样知道哪些运动适合自己 (135)
- 13. 腹膜透析病人可以游泳吗 (135)
- 14. 接受腹膜透析治疗后可以外出旅游吗 (136)
- 15. 糖尿病腹膜透析病人外出旅游应注意什么
..... (137)
- 16. 透析以后可以过性生活吗 (138)
- 17. 发现性生活有问题怎么办 (139)

- 18. 勃起障碍可以治疗吗 (140)
- 19. 透析的病人可以生育吗 (141)

十二、腹膜透析病人的康复 (142)

- 1. 什么是康复 (142)
- 2. 应该设定什么样的康复目标 (143)
- 3. 透析以后能正常工作吗 (143)
- 4. 康复的含义就是工作吗 (144)
- 5. 康复过程中应该克服哪些障碍 (145)
- 6. 怎样做才能康复 (146)
- 7. 家庭成员在患者康复过程中所起的作用 ... (152)

十三、其他小知识 (156)

- 1. 北京大学第一医院肾内科腹膜透析中心的
 职能 (156)
- 2. 如何与腹膜透析中心联系 (156)
- 3. 腹膜透析中心医务人员配备 (157)
- 4. 病人入院应做的工作 (158)
- 5. 腹膜透析病人出院后注意事项 (160)
- 6. 糖尿病腹膜透析病人出院后注意事项 (161)
- 7. 腹膜透析病人为什么需要每月来门诊 (162)
- 8. 腹膜透析病人每月来门诊时要带什么 (162)
- 9. 需要看牙医时应注意什么 (163)
- 10. 做其他专科检查时应注意什么 (163)
- 11. 了解与透析有关的计量单位 (163)

12. 腹膜透析病人的疫苗接种	(164)
13. 你适合做肾脏移植吗	(165)
14. 在腹膜透析治疗过程中病人有什么权利	(165)
15. 在腹膜透析治疗过程中病人有什么义务	(166)
16. 如何和腹膜透析中心的工作人员沟通	(166)
附 录 各种食物营养成分一览表.....	(168)

一、肾脏的功能

1. 肾脏是什么样的器官

每个人体内都有两个肾脏，其外形类似蚕豆，对称分布于人体后中部脊柱的两侧，腰部水平(图 1-1)。肾脏像一个血液清除器，具有净化血液的功能，将人体不需要的废物(毒素)和过多的水分排出体外。对成人来讲，肾脏的大小与自身拳头的大小类似。人群中大部分人有两个肾脏，但有些人却天生只有一个肾脏，不过他们一样能正常地生活。很多人在肾脏受损害之前不清楚肾脏在保持健康的生活中有什么样的作用。

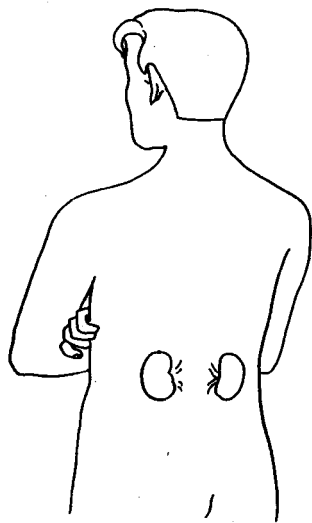


图 1-1 肾脏的位置