

一、動靜脈瘻管的日常自我照顧須知：

- (一) 瘻管的手臂禁止打針、抽血、量血壓，不戴過緊的手錶、手環或飾物，不可當枕頭睡覺，袖口勿太緊，避免用力提重物、碰撞或壓迫，關節勿過度彎曲。
- (二) 每天測試瘻管是否暢通，可用手觸摸，會有類似通電的振動感；或用聽診器聽，會有『咻~咻』的聲音。
- (三) 控制水分攝取，避免透析脫水太多致血壓降低，造成瘻管衰竭。
- (四) 正確做握球運動：將球握到底，默數3秒後再放開，每天執行500次；年老、虛弱、手臂無力者，可協助在上臂間歇加壓，幫助血管擴張。
- (五) 血管太隆凸時，可戴護腕保護，避免血管過度膨大，並可預防外傷。當瘻管處受傷出血時，應立刻壓迫止血且馬上就醫。
- (六) 注意瘻管肢體保暖，以避免因過冷使血液循環減慢，造成血管栓塞。
- (七) 避免抽菸，因為尼古丁會使血管收縮，容易造成瘻管阻塞。
- (八) 透析前一天可適當熱敷瘻管肢體，促進血液循環。
- (九) 透析前以肥皂及清水清洗瘻管周圍的皮膚，保持皮膚清潔，預防感染。
- (十) 透析結束拔針後需加壓止血10~20分鐘，有滲血時只要以紗布再加壓即可。
- (十一) 透析後針眼應保持乾燥，24小時後請將OK繃或紗布移除，並清潔周圍皮膚。透析結束24小時內，不可做熱敷及握球運動以免滲血。



二、動靜脈瘻管發生異常現象及處理方法：

症狀	處理
瘀青	一、24小時內間歇冰敷(15分鐘/次，休息30分鐘再冰敷)。 二、24小時後加強熱敷、按摩(3次/天、15分鐘/次)。
血腫	一、大範圍時用手掌加壓止血。 二、24小時內間歇冰敷(15分鐘/次，休息30分鐘)。
滲血	一、傷口紗布加壓止血。 二、避免重複穿刺舊針孔。
血栓	一、由醫師評估是否作血栓去除術。
狹窄	一、加強熱敷、按摩、握球運動。 二、由醫師評估是否作血管攝影及動靜脈瘻管氣球擴張術。
阻塞	一、醫師評估是否作血管攝影、動靜脈瘻管氣球擴張術或重做新瘻管。
感染	一、禁止熱敷按摩，並應立即就醫。
血流量不足	一、由醫生評估是否作血管攝影或動靜脈瘻管氣球擴張術。 二、加強血管熱敷、按摩。



若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760、新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉311，諮詢時間：週一至週五上午9:00-12:00，下午2:00-5:00。 祝您 平安健康