

透析病人的水分控制



2021 年 4 月修訂

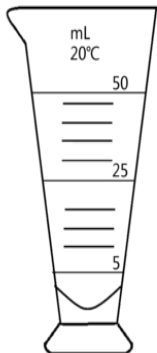


為什麼要控制水分

健康的腎臟會排出多餘的水分來維持體內的平衡，當有慢性腎衰竭時，腎臟功能就無法排出多餘的水分時，水分就會累積在體內。

水分增加若超過心臟所能負荷，可能會導致急性肺水腫，病人會覺得呼吸困難、端坐呼吸，引起生命危險。

請你跟我這樣做

每日磅體重	
糖尿病者需注意每日血糖控制	
每日喝的水裝入有刻度容器	
每日觀察與記錄	
攝取量+排尿量	
每日水分攝取:	
前日尿量	
+500-800cc 水分	

什麼是乾體重？

乾體重=理想體重

透析結束後呼吸平順、沒有任何身體不適，四肢無水腫及低血壓情形、稱理想體重。

低於乾體重症狀：抽筋、耳鳴、聲音沙啞、低血壓。

高於乾體重症狀：四肢水腫、呼吸喘、肺水腫、高血壓。

兩次洗腎間以不超過 2-3 公斤為原則只能增加乾體重 5% 佳。(60 公斤*0.05=3 公斤)



高糖分、高鹽分攝取易造成高滲透性的口渴感，進而喝進更多的水分造成體重增加。糖尿病透析患者糖化血色素應控制於 7.5%、少糖少鹽攝取、有利水分控制及體重管理。

這些請你跟我做!!



可嚼無糖口香糖無糖喉糖潤喉



這些請你不要做 !!



三餐減少攝取稀飯、菜湯、湯麵



口含冰塊檸檬水結冰可以解除口渴感



水分多的水果及飲料



以磅秤詳細 記下每日食物



太鹹的食物，易口渴如豆瓣醬，醃製、罐頭...等食品



參考資料：

王正惠、林佳玲、王美娥、周獻章、江明哲、蔡幸(2014)·提升血液透析病患水分控制專案·台灣腎臟護理雜誌 13(3)12-25·

吳洪蓮(2015)·透析病人殘餘腎功能之重要性—控制飲食的鹽分及水分應用·腎臟與透析 27(2)，98-102 台灣糖尿病腎臟疾病臨床照護指引

圖片維基百科，自由既百科全書

製作單位：護理部 5A 護理站

諮詢電話：07-3351121 轉 2501-2505