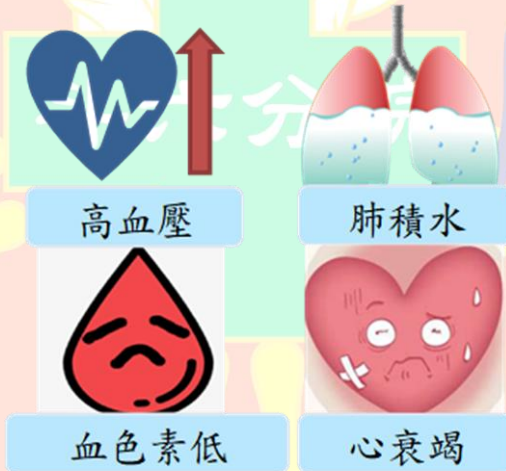


血液透析的水分控制

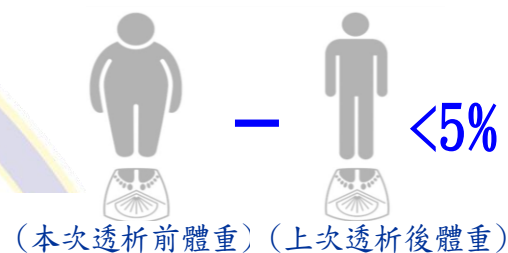
■ 為何需要水分控制?

血液透析者因腎功能衰竭，無法有效排除體液，加上水分及飲食攝取不當，易造成體液容積過量之問題。

➢ 因為長期累積水分易導致：



■ 體重控制的標準



✓ 每次透析，體重增加
不超過乾體重 5%

例如：體重 60 公斤
即 60 公斤 × 0.05 = 3 公斤
透析前體重勿超過 63 公斤。

➢ 水分大量累積於體內，進行血液透析時易造成：



■ 水分控制的好處



■ 水分控制方法

① 避免測量誤差，宜每日固定時間、穿固定衣服、使用固定體重計秤體重。

② 每日水分攝取量：前一日尿液總量加上 500~700ml 水份。

③ 減少水分多的食物：儘量以固體食物取代流質食物。

常見食物水分含量表(%)				
稀飯	水果	肉、魚	乾飯	饅頭
90	60-100	60-80	65	35

④ 限制鹽分及糖分的攝取，避免口渴。



⑥ 解渴方法：

➤ 減輕口渴的感覺



含冰塊



漱口

➤ 促進唾液分泌



嚼無糖口香糖



飲用水加入檸檬片

參考資料來源：成大總院血液透析室

製作單位：8W

製作日期：111.06

修訂日期：113.08

DL-08-2-001