



腹膜透析

◎基隆長庚腹膜透析護理師 林玉英

「陳伯伯，您的『腰子』功能愈來愈差了！可能要考慮接受洗腎啊！」在腎臟科門診裡，李醫師正對著 77 歲的陳伯伯及他太太解釋著最近的抽血報告。一臉愁容的陳伯伯說著「李醫師，我住的遠，而且我的腳不方便上下樓梯，實在沒辦法一個星期來醫院洗三次，咁也賽麥洗？」「沒賽啦！你會越來越難過。現在有一種在家自己洗腎的方法，不用常常來醫院，我找人向您們介紹一下。麥煩惱！」。

「腹膜透析」也叫做「洗肚子」。麥誤會！不是將肚子剖開洗喔！它是一種在家洗腎治療方式，不像「洗腰子」要每星期往返醫院三次及每次需扎二針。首先需手術將一條矽膠材質導管放入腹腔內，開刀傷口只有 1~1.5 公分，手術後不需拆線，約 7 天後就可以慢慢的學習「換藥水」的技術。目前腹膜透析「洗肚子」有兩種：一種是腎友或家屬自己操作換藥水，一天 3 至 5 次，每次約 15 到 20 分鐘，藥水換好就可以自由活動，藥水在肚子裡「靜靜」的作用。另一種是全自動腹膜透析，每天晚上睡覺前將藥水與管組裝好，睡覺時這台機器就會自動換藥水，隔天早上洗腎治療

完成就可以了。「小姐，這台機器要多少錢？」我們這位陳伯伯聽了護理師的解說後，想選擇腹膜透析治療又擔心錢的問題，

「伯伯！這台機器不用錢，健保局有給付！而且藥水不用自己搬，有司機負責送到你家裡。」「孩子上班很忙，我自己學！」於是信心十足的陳伯伯開始學習使用這台全自動腹膜透析機器回家洗腎。

「伯伯！你營養和鉀不夠，要多吃高蛋白質的食物和高鉀水果。」洗腎一個月的陳伯伯抽血報告營養指標及鉀離子偏低，營養師教導他要多吃肉、魚、蛋、牛奶、豆製品。「為什麼？不是說洗腎不能吃太多？」「伯伯！腹膜透析每天換藥水，就像我們的腎臟一樣，隨時隨地清除身體代謝廢物，因此在飲食上較不受限制，而水果除了楊桃絕對不



▲陳伯伯自己做紅龜粿



能吃之外，其他都可以吃，一天兩份就可以了。青菜也不用先汆燙，可以直接炒來吃，注意不要吃太鹹。」恍然大悟的伯伯聽了開心的直叫陳媽媽去買他愛吃的牛肉、魚和香蕉。

「小姐！我兒子說要帶我去南部玩幾天，可以嗎？藥水要自己搬嗎？很重ㄟ！」一臉期待出去玩的伯伯擔心洗腎怎麼辦？「伯伯，出去玩很好啊！您放心！藥水公司提供全台及國外免費送藥水服務，不用自己搬哪！請你兒子跟我們說飯店住址及訂房紀錄和聯絡人姓名電話，就可以先請司機將藥水送過去，不要擔心洗腎換藥水的問題，到時候我再教你在外面換藥水要注意的事情。」

「真好！我回家叫我兒子盡快安排。」看著陳伯伯快樂的笑容，所有的辛勞都

值得了。

「伯伯！繼續加油喔！」

公告

糖小鴨 club 羽球運動會

酷熱夏日何處去？

糖小鴨 club（俱樂部）盛情邀約夥伴們！

不如來個羽球運動會，一起來爭取體能競賽的榮譽！

我們共同的參與，增進自我照顧的經驗技巧，並增進彼此間熟悉度……

不斷的一起成長、一起勉勵，朝著我們的共同目標「糖尿病專家達人」邁進。

對象：糖小鴨 club 成員及其家人、朋友

時間：99 年 08 月 21 日（星期六）需帶血糖機、胰島素和杯子

費用：糖小鴨 club 成員免費

地點：嘉義長庚醫院 單身宿舍一樓羽球館

報名：糖尿病衛教室 衛教師

諮詢電話：05-3621000-2122

主辦單位：糖小鴨 club

協辦單位：嘉義長庚 糖尿病健康促進機構

時間表：

時間	活動內容	講師
08:30-09:00	運動員報到	全體人員
09:00-09:20	精神喊話	主席
09:10-09:20	運動教練的小叮嚀	高手
09:30-10:30	空中小精靈—羽球的飛舞	夥伴們
10:30-10:40	休息點心時光	全體夥伴
10:40-11:30	從少女到少婦的控糖「撇步」分享	糖尿羽球達人
11:30-	午餐盛宴	全體夥伴



嘉義長庚醫院 糖尿病健康促進機構 關心您



▲腎友於車上換藥水



▲腎友們快樂的出遊

