



過渡至家中血液透析(HHD)

Transitioning to Home Hemodialysis

病人指南 Patient Guide

Traditional Chinese





在腎科醫護團隊的支援下，您決定了開始在家中進行血液透析 (以下簡稱HHD)。本指南提供的資訊可助您順利過渡，讓您能夠在家中進行血液透析。

過渡至HHD共有 6 個階段，您的醫護團隊將在每個階段為您提供支援。每個階段所需的時間，將視乎您的健康情況和醫護團隊給您的建議而定。

每個階段將有什麼安排？



第一步：我決定了 HHD是我的最佳選擇



將如何進行

在聽取了各種教育資訊和討論過各項治療選擇後，您現在已決定開始進行HHD。我們將把您選定的治療方式通知您的腎科醫護團隊，並安排您和您的家人跟HHD團隊人員見面。在這次簡介會議中，他們將為您提供更多資訊，並為您們解答任何有關HHD的問題。

1



2



3



4



5



6



考慮和討論的事項

對自己的健康和HHD治療採取積極參與的角色有不少好處，它令您得以掌管自己的生命，使您成為您腎科醫護團隊的合作夥伴，並學會HHD所有範疇的知識。



您或想開始閱讀BC Renal網址中的「家中血液透析」部份：

BCRenal.ca ➔ **Health Info (健康資訊)**
➔ **Kidney Care (腎臟護理)** ➔ **Home Hemodialysis (家中血液透析)**

雖然牽涉的訊息好像是很多，但您不必擔心，因為在上課期間，您將慢慢學習這些單元內的全部內容。現階段我們只是簡單為您介紹日後將學到的資訊。

我們知道您將會對HHD有很多問題，因此建議您將所有問題都預先寫下來，方便自己跟腎科醫護團隊見面時向他們查詢。下頁列出的一些例子，可能是您想問的問題和您現在需要作出的決定。



向腎科醫護人員提出的問題

- 有提舉物件重量的要求嗎？若有的話，是多少磅？
- 若我選擇在家中做血液透析，可以獲得什麼類別的支援？
- 家中血液透析的訓練過程是怎樣的？
- 上課地點在哪裡？
- 做HHD時的日常生活會是怎麼樣的？
- 對於自己及／或我的伴侶，每日將有什麼責任？
- 若對護理方面有疑問，我可以致電給誰？
- 做HHD的病人可以出外旅遊嗎？
- 哪一款洗腎機是最適合外遊時使用？
- 做HHD會影響親密行為嗎？

1



2



3



4



5



6





我現在需要作出的決定

在見面後，您知道了更多有關HHD的資訊，您應要問自己：



- HHD將是最能配合我生活方式的治療選擇嗎？
- HHD將如何融入我的日常生活中？
- 在HHD方面有需要時，誰可以幫助我？

第二步：為HHD 作好準備

將如何進行

在此期間，您和您的醫護團隊將繼續監察您的整體健康，您的身體狀況將讓您知道已到了須做某些特定程序的時候。當您的腎功能逐漸下降，您和您的醫護團隊將需作出多項決定，為進行HHD作好準備。在定了開始做透析治療的時間後，HHD醫護團隊將與您一起制定一套詳細的HHD醫護計劃。

這可能包括：

- 建立血管通路：血管通路是透過手術將一條瘻管、人工血管或導管植入體內，供透析時接通血管之用。
- 家中血液透析的訓練：上課地點是家中血液透析診所，為期數星期。您必須出席所有課堂，並可攜同一名家人或協助您的親友前來。每日上課時間約為 6 小時。

1



2



3



4



5



6



- 病人的責任：您的角色是熟習各種有關HHD的知識，讓自己能夠在家中管理和進行透析、預訂洗腎用品及在需要時懂得致電求助。

考慮和討論的事項

您必須遵從醫護人員跟您一起制定的治療計劃，這是非常重要的。了解自己的健康狀況，明白自己在治療中扮演的重要角色，是您邁向更健康生活非常重要的一步。若您的生活情況有變並可能阻礙到您進行HHD，請跟您的醫護團隊商量。以下是您必須通知醫護團隊的一些情況例子：

- 您認為HHD未必是最適合您生活方式的選擇。
- 您計劃搬屋或搬到另一個新社區。
- 您身邊不再有人從旁支援或幫忙您繼續HHD治療。
- 您正在經歷一些變動，令您難以做到或進行慣常熟悉的活動。這可能是您的記憶力、視力、聽力、靈敏度、行動、體力或精神方面的改變。



向腎科醫護人員提出的問題

- 我的健康情況有變，例如視力、靈敏度或體力有變，將影響我進行HHD的能力嗎？
- 何時植入血管通路？
- 何時開始進行透析？
- 我不是本區居民，是否可以申請津貼，助我支付前來上HHD課程的交通費和住宿費？
- 有什麼住宿選擇？
- 我是否需要取得屋主的書面許可，才能在我租住的地方進行小型裝修工程？

1



2



3



4



5



6





我現在需要作出的決定

在此期間，您必須考慮以下的事情：

- HHD將如何融入您的日常生活中？
- 在家中進行HHD，您將需要什麼支援？
- 需要時您將向誰人求助？
- 您將在家中哪裡進行HHD？您將把HHD用品存放在哪？
 - ▶ 一盒透析溶液約重 20 公斤。您需要預留足夠空間存放約30-60盒。
- 租客：我的房東將同意我在住所作一些小改動來安裝 HHD 洗腎機嗎？

第三步：是時候 建立血管通路

將如何進行

進行家中血液透析，病人必須以「血管通路」輸送血液。血管通路必須在透析治療開始之前已植入體內，因為病人須做植入手術，傷口也需時間癒合。您將約見外科醫生，並可能由血管通路護士用超聲波來檢查您手臂上的靜脈。



有三種血管通路可用於家中血液透析：

1. 自體瘻管
2. 人工血管
3. 中心靜脈導管

1



2



3



4



5



6



當外科醫生決定了哪一款血管通路最適合您之後，您的腎科醫護團隊便會提供有關血管通路植入手術的特定資訊。

資訊包括：

- 血管通路植入手術的日期、時間和地點。視乎最適合您的血管通路是哪一類型，您或需 6-8 星期的復原時間才可以開始進行透析。手術地點可能是一間進行特別醫療程序的房間或是手術室。
- 血管通路的位置：瘻管或人工血管一般是裝在您非慣用的手臂那邊（即不是您用來寫字那一邊）。導管則是裝在近胸口處的皮層下，部份導管是外露於上胸位置的。
- 如何為血管通路植入手術做好準備。
- 血管通路的手術程序是如何進行的。
- 植入後應如何護理血管通路。

考慮和討論的事項

- 您將收到一份資料，說明在準備血管通路植入手術前的所有需知事項。請遵照提供的各項指示做好準備。
- 請安排有人在手術前和手術後開車接送您。
- 預先計劃好在做完血管通路植入手術後您在哪些方面需要別人幫忙。
- 確保已齊備手術後用來護理血管通路的所有必需品。
- 如有任何問題或疑慮，請致電向您的腎科醫護團隊查詢。

BC Renal網址提供的眾多工具和小冊子可以幫到您，請瀏覽網址：



- ➔ [BCRenal.ca](https://www.bcrenal.ca) ➔ Health Info (健康資訊)
- ➔ Managing my Care (管理我的護理)
- ➔ Vascular Access (血管通路)

1



2



3



4



5



6





向腎科醫護人員提出的問題

- 做完血管通路手術後，如有需要，我在家可以向誰求助？
- 如何保持血管通路的健康？
- 何時應致電給我的腎科醫生或腎科醫護診所？



我現在需要作出的決定

- 誰人在我手術後開車送我回家？
- 做完血管通路手術後，可以找誰人在家中幫我？
- 我知道不能弄濕血管通路，我將怎樣洗澡？

1



2



3



4



5



6



第四步：建立了 血管通路之後



將如何進行

血管通路團隊的護士將約您於手術後10-14天之內為您的傷口拆線。護士在當日將用聽診器聽您的血管通路情況，亦可能請您另一天再來診所，讓他們對您新設的血管通路再作進一步評估。您的血管通路是您的救命線，因此您必須依足指示好好護理它，這是非常重要的。

何時致電給您的醫護團隊

- 您感覺不到「血流顫動」（指尖能感到血液在皮下微聲流動）
- 瘻管／人工血管／導管的開刀位受刺激發紅、感到微暖或疼痛
- 瘻管／人工血管／導管有任何液體滲出或流出
- 若瘻管／人工血管／導管流血
- 若瘻管／人工血管／導管明顯腫脹或痕癢
- 裝有瘻管／人工血管的那隻手臂的手指活動有困難
- 如有發燒

BC Renal網址提供多項可助您好好護理血管通路的資源。請參閱網址資料：

BCRenal.ca → Health Info (健康資訊)



→ Managing my Care (管理我的護理)

→ Vascular Access (血管通路)

1



2



3



4



5



6





向腎科醫護人員提出的問題



- 如何感覺到「血流顫動」(皮下有微聲流動)？
- 如何聽得到「疾風呼呼聲」？(皮下有如疾風的呼呼聲)
- 如何做血管通路的運動？



我現在需要作出的決定

- 我知道在進行透析治療期間，我只有
一隻手和一隻手臂可以活動，我應如何
安排放置透析設備的範圍？
- 進行日常活動（例如拿餸菜、拿手袋）
時，如何保護血管通路？

1



2



3



4



5



6



第五步：開始學習 家中血液透析



將如何進行

血管通路癒合好之後，而您和您的腎科醫護團隊都決定是適當時候開始進行透析時，他們即會為您安排上課學習HHD，並告訴您上課的日期、時間和地點。課程為期多久則視乎您的HHD治療計劃而定，上課時間一般在週一至週五日間進行。以上種種安排，您的醫護團隊都會全程為您提供支援。您或需先到醫院接受兩至三次透析治療，以檢查您各項重要生命徵象，才開始上課學習家中血液透析。

在上課學習HHD期間，您的護士將跟您一起逐步了解在家中進行HHD治療所需的步驟。您將學習如何設置好HHD的設備和如何進行治療。上課期間，您將會自己進行HHD，HHD護士將決定您是否已準備好自行在家中做HHD。

課程將詳細講解以下的題目：

- 自行獨立管理HHD
- 照料您的血管通路
- 如何使用家中血液透析機
- 如何量度您的生命徵象
- 遇上緊急情況應怎樣做
- 在家如何解決與HHD有關的問題

有關家中血液透析訓練的詳情，請參閱「**家中血液透析病人作業手冊**」。在以下網址可以找到此作業手冊：



BCRenal.ca ➔ Health Info (健康資訊) ➔ Kidney Care (腎病護理) ➔ Home Hemodialysis (家中血液透析) ➔ Patient Workbook (病人作業手冊)

1



2



3



4



5



6



您的承諾

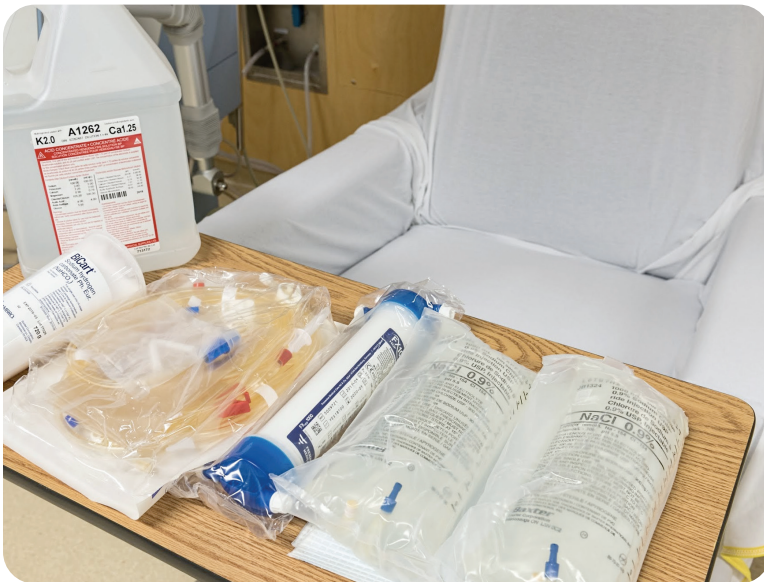
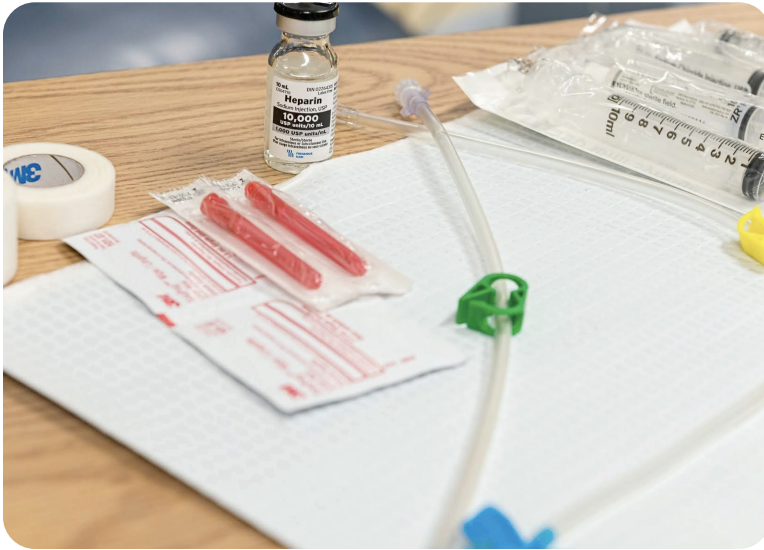
進行家中血液透析，須靠您堅守承諾的決心。您將需簽署一份文件，承諾您在上課期間定將盡心學習。

出席課程

我們明白，對於居住在鄉郊社區的病人，可能選擇在上課期間搬往上課診所的地區暫住。若您想討論有關的計劃，請聯絡您的醫護團隊，他們可能可以為您提供一些在財務、交通、停車、住宿等各方面的支援。

住所裝修和洗腎用品

為了能使用透析機，有時或須對住所進行一些改動，讓電力及／或水源接駁能配合透析機的操作。透析機公司的代表將來到您家中，給您某些改動建議。若需進行與洗腎相關的裝修，您的醫護團隊將協助您安排相關的改動工程，以便您能安裝透析設備，而您是不需要支付相關費用的。設備和用品都將送到府上，並放在指定的透析範圍。



- 1 
- 2 
- 3 
- 4 
- 5 
- 6 



向腎科醫護人員提出的問題

- 在家中時，誰將監察我的健康狀況？
- 若在家中的HHD治療遇上問題，我可以致電給誰？
- 如何預訂我的HHD用品？
- 我想在睡覺時進行HHD，治療將有什麼不同？
- 如何預防感染？
- 我怎麼知道我有感染？
- 我的藥物需有什麼改變嗎？
- 開始做HHD後，我需要改變飲食嗎？



我現在需要作出的決定

- 我的透析用品將存放在哪裡？
- 我在家中哪裡進行HHD治療？
- 在家中，我將是在椅子上或是在床上做透析治療？
- 我所選定的治療地方，是否有足夠空間讓我可以移動洗腎機進行清潔？
- 最近測試過井水嗎？
- 我的污水處理系統可以容納更多廢料嗎？
- 在我進行HHD期間，如何防止寵物走近治療範圍？
- 我需要轉用另一間藥房嗎？

1



2



3



4



5



6



第六步：我在家中 自己做HHD



將如何進行

恭喜您！您已準備好在家中做HHD。學習在家中進行HHD，起初難免會感到有點不知所措，這是很正常自然的，但經過一段時間後，您便會覺得輕鬆一些，而HHD也將慢慢融入您的日常生活中。



向腎科醫護人員提出的問題

- 我可以由日間做HHD轉為在晚間做嗎？
- 若我在金錢、財務或交通等方面有困難，誰可以幫我？
- 我現在做HHD，可以做什麼運動？
- 我想說清楚自己對日後醫療護理的意願，有什麼可以幫到我？
- 我想將我認為重要的事情告訴我的家人或摯愛，有什麼支援服務可以幫我？
- 我如何為緊急情況做好準備？
- 若我自己或我的照顧者需要休息一下暫停HHD，有沒有支援服務可以提供這種喘息機會？
- 想安排去旅行，我需要知道什麼？
- 在更改藥物時，我的家庭醫生和本地藥房將如何得知我的資料？
- 若家庭醫生更改我的處方藥物或提出建議，我怎樣將有關資料通知我的腎科醫護團隊？

1



2



3



4



5



6





我現在需要作出的決定

- 我將如何依約前往診所就診？
- 在我需要協助時可以致電給誰？
- 何時是我進行HHD程序或洗血的最佳時候？
- 何時是接受HHD治療的最佳時候？
- 我將到區內哪一間化驗所驗血？

給自己的筆記：

- 每次就診都帶備「過渡至家中血液透析」小冊子
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

1



2



3



4



5



6



重要聯絡電話

Important Contacts

家中血液透析診所的電話號碼
Home Hemodialysis clinic phone number:

家中血液透析護士 Home Hemodialysis nurse:

社工 Social work:

營養師 Dietitian:

醫院電話總機 Hospital switchboard:

遇上緊急事故，致電 In case of an emergency call:

我的「預先安排護理計劃」存放於
My advanced care plan is kept:

之後的診所預約日期
Future clinic appointment dates:



電話：604-875-7340

電郵：bcrenal@bcrenal.ca

網址：BCRenal.ca

 Facebook.com/BCRenal

 @BCRenal

 Youtube.com/BCRenal

