

过渡至腹膜透析

Transitioning to Peritoneal Dialysis

病人指南 Patient Guide

Simplified Chinese





您已决定在肾脏医护团队的支持下，开始腹膜透析（英文缩写PD）。本指南提供的信息能帮助您做好准备，顺利过渡到腹膜透析。

过渡至腹膜透析有6个步骤。在每一步骤，肾脏医护团队都会随时待命，提供支持。您在每一步上花的时间将取决于您的健康状况和医护团队的建议。

我能预期每一步会发生什么？



第1步:我已决定, 腹膜透析对我而言 是最佳选项



预期事项

在接受相关教育并对您的治疗选项进行讨论后，您在知情的情况下，做出了开始腹膜透析的治疗选择。您的治疗选择将通知您的肾脏医护团队，并会预约安排您和您家人与腹膜透析团队会面。此次约见意在介绍情况，为您提供更多的信息，并回答您关于管理腹膜透析的任何问题。

1



2



3



4



5



6



需要考虑和讨论的事情

在您的健康和腹膜透析治疗中发挥积极作用有很多好处。它使您能掌控自己的生活。您会成为肾脏医护团队的合作伙伴，并对腹膜透析的所有方面都会有所了解。



现在，您或许可以开始查看腹膜透析的网上学习模块，网址：

BCRenal.ca ➔ Health Info ➔

Kidney Care ➔ Peritoneal Dialysis

➔ Resources for Current Patients

➔ PD Training Modules

培训期间，您将学习这些模块中包含的所有内容，如果看起来信息量很大，也不必担心。在此阶段，这是对您将要学习内容的一个很好的入门导引。我们知道，关于腹膜透析您会有很多问题。备好一份书面的问题清单会很有帮助，您可以在就诊时向肾脏医护团队提问。



要问肾脏医护团队的问题

- 何时开始透析？
- 我在家没人帮我做腹膜透析。这会有问题吗？
- 我做腹膜透析后身体会有什么变化？
- 对于腹膜透析，亲密关系会是一个问题吗？
- 腹膜透析会不会耽误上班或上学？
- 可以游泳或使用热水浴缸吗？
- 腹膜透析的日子是怎样的？
- 采用腹膜透析可以旅行吗？
- 我一旦开始腹膜透析后，是否还可以改为其他形式的治疗？
- 有哪些资源可供用于接受有关腹膜透析的进一步教育？

1



2



3



4



5



6





我现在需要作出的决定

在约见时得到更多关于腹膜透析的信息后, 您应该问自己:

- 这一信息是否让我确认腹膜透析是适合我生活方式的最佳治疗选项?
- 腹膜透析将如何适应我的生活?
- 需要帮助时, 谁会帮助我进行腹膜透析?



第2步:为腹膜透析做好准备

预期事项

在这段时间，您和肾脏医护团队将继续监测您的整体健康状况。何时进行某些程序将以您的健康状况为依据。随着您的肾功能下降，您和医护团队将围绕腹膜透析的准备做出决定。当开始透析的时间确定后，腹膜透析团队将与您一起制定详细的腹膜透析医护计划。

- 插入腹膜透析导管 – 开始腹膜透析前2-6周，通过手术插入导管。
- 腹膜透析培训 – 在腹膜透析诊所进行，为期数日。您应该参加所有培训。您可以带一名家人或支持人员一起参加。每个培训日约为6小时

1



2



3



4



5



6



- 病人的责任 - 您的职责是对腹膜透析有足够的了解, 能够管理和操作腹膜透析, 订购用品, 并在需要时求助。

需要考虑和讨论的事情

您必须遵守与您一起制定的治疗计划, 这一点非常重要。通过了解您的健康状况以及您在治疗中发挥的重要作用, 您将向更健康的生活迈出非常重要的一步。生活境况的变化, 凡是可能影响您进行腹膜透析能力的, 都可以与肾脏医护团队讨论。这里举例说明, 哪些重要的变化要告知医疗团队:

- 您认为腹膜透析可能不适合您的生活方式。
- 您正计划搬到另一处住宅或另一个社区。
- 不再有人支持或帮助您进行腹膜透析治疗。
- 您正在经历的变化使您难以从事或进行熟悉的的活动。这些变化可能是您的记忆力、视力、听力、灵巧度、行动能力、体力和精力水平。



要问肾脏医护团队的问题

- 健康状况的变化, 如视力、灵巧度或体力, 会对我做腹膜透析的能力产生影响吗?
- 何时插入腹膜透析导管?
- 何时开始透析?
- 我不住在本市。我参加腹膜透析培训期间, 旅费和住宿费有无补助? 有哪些住宿选项?

1



2



3



4



5



6





我现在需要作出的决定

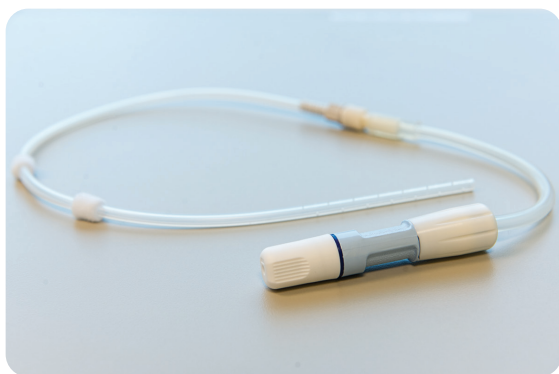
此时，您必须考虑以下问题：

- 腹膜透析**如何**适应您的日常生活？
- 腹膜透析需要**什么**支持？
- 如果您需要帮助，将向**谁**求助？
- 您将在**哪里**做腹膜透析？在您家里、公司或学校？腹膜透析用品将放在哪里？
- 一箱腹膜透析液约有30磅，大小约为10英寸x15英寸x10英寸。
- 您需要能容纳20-60箱透析液的储存空间。



第3步:插入腹膜透析导管

预期事项



腹膜透析导管是一根插入腹部或胸骨周围区域的柔软塑料管。身体的这一区域称为腹腔。腹膜透析溶液经由导管流入和流出腹腔。导管的一端从腹部或胸壁伸出,另一端在腹腔内的皮下。

1



2



3



4



5



6



肾脏医护团队将提供关于插入腹膜透析导管的具体信息。

这些信息将包括：

- 腹膜透析导管手术日期、时间和地点。腹膜透析导管通常在开始腹膜透析训练前2-6周插入。这个手术程序可以在专门的治疗程序室或手术室进行。
- 腹膜透析导管的插入位置。导管通常插在腹部。位置远离腰线，在肚脐侧下方2.5厘米处。大约5-10厘米的导管伸出体外。
- 如何为腹膜透析导管插入手术做好准备。
- 腹膜透析导管手术中有哪些预期事项。
- 腹膜透析导管插入后如何护理。

需要考虑和讨论的事情

- 您会收到一份讲义，上面有您需要知道的所有信息，以便为插入腹膜透析导管做好准备。请遵循所提供的所有指示。
- 安排有人开车送您去做手术并在术后接您。
- 为您在腹膜透析导管插入手术后可能需要的任何帮助做好计划。
- 确保您有术后护理导管所需的所有必要用品。
- 如果您有任何疑问或担忧，请致电腹膜透析计划。

1



2



3



4



5



6





要问肾脏医护团队的问题

- 插入手术会痛吗？如果之后出现疼痛，我该怎么办？
- 手术是在局部麻醉下进行吗？
- 手术需要多长时间？
- 手术前可以吃东西吗？
- 腹膜透析导管插入术前应该服用我的药物吗？
- 术后可以立即回家吗？
- 回家后如何护理导管？
- 如果我在腹膜透析导管插入手术后有疑问或担忧，应该给谁打电话？



我现在需要作出的决定

- 谁会送我去做手术并在手术后接我？
- 插入腹膜透析导管后我知道如何护理自己和导管吗？
- 如果我需要帮助，谁会在家帮助我？
- 谁能帮忙抬重物？
- 谁能帮忙照顾孩子或我目前承担的其他家庭责任？

1



2



3



4



5



6



第4步：腹膜透析 导管插入之后

预期事项

肾脏医护团队的护士将预约在插入腹膜透析导管约一周后查看透析导管。在这次预约中，会给您更换手术敷料，用少量腹膜透析溶液冲洗腹膜透析导管，确保其工作正常。还会为您拆除缝线。您可以预约在插入腹膜透析导管约2周后，再次更换敷料。您的腹膜透析导管是您的生命线，所以必须严格按照指示来护理它。您会被告知开始腹膜透析培训的日期和时间。

需要考虑和讨论的事情

插入导管后第一周，如果出现以下情况，请告知腹膜透析护士：

- 腹膜透析导管上面的敷料潮湿、渗血或脱落。不要自行取下敷料。
 - ▶ 如果敷料略微潮湿，可以在敷料上多加一些纱布。
 - ▶ 如果敷料松动，可以另外用胶带将其边缘固定在皮肤上。
- 导管部位出现疼痛，使用医生开的止痛药也无法缓解。

导管部位大约需要4-6周时间才能愈合。在此期间，您必须将敷料和腹膜导管出口周围的部位保持干燥。在此期间，不要淋浴、洗澡或游泳。可以用海绵擦身。

严格按照教授的方法护理新插入的导管是非常重要的。确保在接触敷料或导管前洗手。

1



2



3



4



5

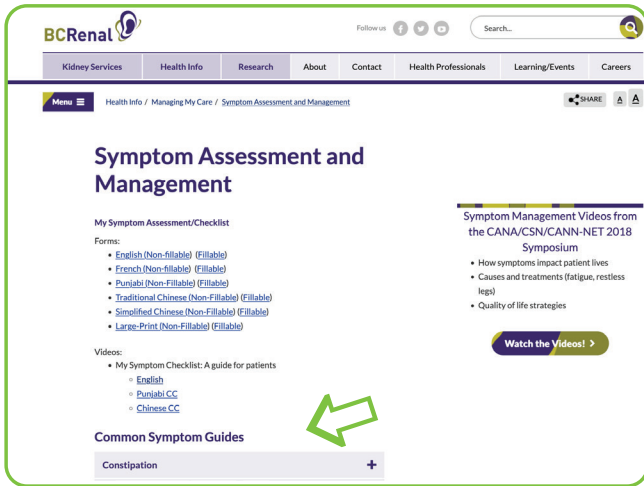


6



服用医生为您开的通便药物，保持平时大便通畅。如果3天没有大便，请告诉腹膜透析团队。管理便秘的信息可在此网页找到：

BCRenal.ca → Health Info → Managing my Care → Symptom Assessment Management



避免搬抬10公斤（22磅）以上的物体。

在插入导管后的最初日子，考虑安排别人帮忙做些可能需要搬抬重物的事，如买菜、洗衣或园艺等。



要问肾脏医护团队的问题

- 导管愈合期间如何保持清洁？
- 如何防止感染？
- 为什么洗手和手部消毒如此重要？

1



2



3



4



5



6





我现在需要作出的决定

- 插入导管后, 如果需要, 我在家里可以向谁求助?
- 如何安排布置腹膜透析区域, 使其易于进出而且实用?
- 我如何保持清洁?

第5步:开始进行腹膜透析培训

预期事项

一旦插入导管后,就会安排腹膜透析培训。您将获悉培训日期、时间和地点。培训时间的长短将由您的腹膜透析计划决定,一般在周一至周五白天进行。您要带着支持人员一起参加每一天的培训,这很重要。在腹膜透析培训期间,您和护士将逐一过一遍在家里管理腹膜透析治疗所需的步骤。您将学习如何设置腹膜透析设备以及如何治疗。在腹膜透析培训期间,您将对自己进行腹膜透析。腹膜透析护士将决定您何时可以在家自己操作腹膜透析。

1



2



3



4



5



6



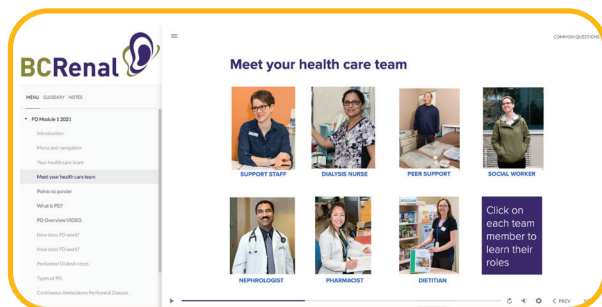
培训期间详细谈及的内容有：

- 独立管理您的腹膜透析护理
- 如何操作腹膜透析换液和透析程序
- 如何保持清洁
- 如何在家里解决与腹膜透析有关的问题
- 诊所复诊预约

需要考虑和讨论的事情

- 您必须将所有腹膜透析用品和设备存放在您的家中。在室外极热或极冷的环境下储存会损坏腹膜透析溶液。在家中安排整理出一个区域来存放您的腹膜透析用品是很重要的。
- 腹膜透析用品按月送来。在腹膜透析用品送到时，家里务必有人。
- 严格按照教授的方法进行腹膜透析换液和护理。
- 避免便秘 - 按处方规定服用泻药。

- 在操作腹膜透析换液或触摸腹膜透析导管之前，一定要洗净双手。
- 不要淋浴，直到腹膜透析护士告诉您可以洗澡。
- 宠物对任何家庭来说都是一名很好的额外成员，但由于需要达到无菌状态，防止感染或污染，宠物不应出现在您进行腹膜透析程序或换液的区域。
- 复习腹膜透析网上学习模块，网址是：
BCRenal.ca ➔ **Health Info** ➔ **Kidney Care**
 ➔ **Peritoneal Dialysis** ➔ **Resources for Current Patients** ➔ **PD Patient Training Modules**





要问肾脏医护团队的问题

- 我在家时, 谁会监测我的健康状况?
- 如果我在家里进行腹膜透析治疗时遇到问题, 我应该找谁?
- 我如何订购腹膜透析用品?
- 我想在晚上使用循环仪。为什么我必须学习CAPD (持续非卧床腹膜透析)?
- 我如何预防感染?
- 我如何知道是否有感染?
- 我的用药是否需要改变?
- 采用腹膜透析后, 我的饮食习惯会改变吗?



我现在需要作出的决定

- 我将把用品放在哪里？
- 我将在家里、工作场所或学校的什么地方进行腹膜透析换液？
- 在我做腹膜透析程序或换液时，如何让宠物远离做透析的区域？



1



2



3



4



5



6



第6步：我自己在家 做腹膜透析



预期事项

祝贺您！您已经准备好在家里做腹膜透析了。在学习操作腹膜透析时，感到不知所措是很自然的。随着时间的推移，您在操作治疗时会逐渐得心应手。您将养成一种作息习惯，把腹膜透析融入您的日常生活中。



要问肾脏医护团队的问题

- 我能换到晚上用循环仪吗？
- 如果我在金钱、财务或交通等方面遇到困难，谁可以帮助我？
- 在做腹膜透析后，可以做什么运动？
- 我能得到哪些帮助，来了解我的疾病并向医生解释我对未来治疗的愿望？
- 我能否得到支持，帮助我把我最看重的事情告诉我的家人或最亲近的人？
- 我怎样才能为紧急情况做好准备？
- 当我的处方改变时，如何与我的家庭医生和当地药房分享我的信息？
- 如果我的家庭医生改变处方或提出建议，我将如何与我的肾脏团队分享信息？

1



2



3



4



5



6





我现在需要作出的决定

- 我将如何去诊所就诊？
- 如果我需要帮助，我会给谁打电话？
- 什么时候是我做腹膜透析程序或换液的最佳时间？

重要的联系方式

Important Contacts

腹膜透析诊所电话号码: _____
PD clinic phone number

腹膜透析护士 PD nurse: _____

社会工作者 Social work: _____

营养师 Dietitian: _____

医院总机 Hospital switchboard: _____

如果有紧急情况, 请致电
In case of an emergency call:

我的预立医疗计划保存在:
My advanced care plan is kept:

未来的诊所就诊日期:
Future clinic appointment dates:



电话: 604-875-7340

电子邮件: bcrenal@bcrenal.ca

网站: BCRenal.ca

 [Facebook.com/BCRenal](https://www.facebook.com/BCRenal)

 [@BCRenal](https://twitter.com/BCRenal)

 [Youtube.com/BCRenal](https://www.youtube.com/BCRenal)

