

ਹੋਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਲਈ ਨਾੜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਹੋਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਗਰਾਫਟ

ਨਾੜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀ ਹੈ?

ਨਾੜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਹਾ ਤਕ ਬਾਰ ਬਾਰ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਇਲਾਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਹਨਾਂ ਨਾੜਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਹਾ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਕ ਨਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਨਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡਾ ਖੂਨ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਮਸ਼ੀਨ ਤਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਜੀ ਨਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਸਾਫ ਖੂਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚੋਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਮਸ਼ੀਨ ਤਕ ਖੂਨ ਬਾਹਰ ਲਿਜਾਣ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਕਰਮ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੌਰਾਨ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾੜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਤਿਨ ਤਰੀਕੇ ਹਨ:

- ♦ ਇਕ ਫਿਸੁਲਾ
- ♦ ਇਕ ਗਰਾਫਟ
- ♦ ਇਕ ਕੈਥੇਟਰ

ਇਹ ਪੈਂਫਲਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ ਗਰਾਫਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਵੇਗਾ।

“ਗਰਾਫਟ” ਕੀ ਹੈ?

ਡਾਕਟਰ ਇਕ ਨਾੜ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਨਰਮ ਪਲਾਸਟਿਕ ਵਰਗੀ ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਇਕ ਧਮਣੀ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟਿਊਬ ਚਮੜੀ ਦੇ ਹੇਠ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿੱਧੀ ਜਾਂ ਮੁੜੀ ਹੋਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਸੂਈਆਂ ਇਸ ਵਿਚ ਹਰ ਵਾਰ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਪਾ ਦਿਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

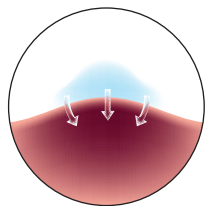
ਨਾੜਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਲਈ ਗਰਾਫਟ ਦੂਜਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਗਰਾਫਟ ਫਿਸੁਲੇ ਵਾਂਗ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਚਲਦੀ ਤੇ ਲਾਗ ਤੇ ਖੂਨ ਜੰਮਣ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮਸਿਆਵਾਂ ਵਧੇਰੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਗਰਾਫਟ ਕੈਥੇਟਰ ਨਾਲੋਂ ਵਧ ਸਮਾਂ ਚਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਮਸਿਆਵਾਂ ਉਸਤੋਂ ਘੱਟ ਹਨ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਗਰਾਫਟ:

- ♦ ਬਾਂਹ, ਉਪਰਲੀ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਪੱਟ ਵਿਚ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ♦ ਜਿਸ ਬਾਂਹ ਵਿਚ ਵਧੀਆ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਹੋਣ ਉਸ ਵਿਚ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਿਹੜੀ ਬਾਂਹ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਵਰਤਦੇ ਹੋ ਉਸ ਵਿਚ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਲਿਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਖੱਬੀ ਬਾਂਹ ਵਿਚ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।)
- ♦ ਇਹ ਇਕ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਵਿਚ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ♦ ਗਰਾਫਟ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿਚ 2-6 ਹਫਤੇ ਲਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੋਜਿਸ਼ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੇ ਹੀ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਦ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?



1. ਸੋਜ਼ਿਸ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ।

ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਦ 2-3 ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਸੁਜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਓਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਾਂਹ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਤੇ ਸੌਣ ਸਮੇਂ ਵੀ ਅਪਣੇ ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਸਿਰਾਹਣੇ ਤੇ ਰੱਖੋ।



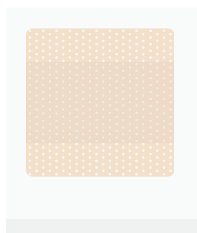
2. ਅਪਣੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ।

ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਦੱਸੀ ਗਈ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲਵੋ। ਜੇ ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤਾਂ ਅਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।



3. ਅਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੇਖੋ।

ਗਰਾਫਟ ਵਾਲੀ ਬਾਂਹ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੇ ਰੰਗ ਤੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੁਝ ਸੁੰਨ , ਠੰਡ ਜਾਂ ਥੋੜੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਇਹ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁੰਨ ਜਾਂ ਦਰਦ ਨਾਰਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।



4. ਅਪਣੀ ਪੱਟੀ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ।

ਅਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਪੱਟੀ ਦਾ ਖਿਆਲ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਪੱਟੀਆਂ ਕਿਡਨੀ ਨਰਸ, ਘਰੇਲੂ ਸੰਭਾਲ ਵਾਲੀ ਨਰਸ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤਕ ਟਾਂਕੇ ਨਹੀਂ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ। ਜੇ ਜ਼ਖਮ ਸੁੱਕਾ ਹੈ ਤੇ ਠੀਕ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪੱਟੀ ਉਤਾਰ ਦਿਓ ਪਰ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਤੇ ਸੁੱਕਾ ਰੱਖੋ। ਅਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਨਹਾਉਣ ਜਾਂ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।



5. ਅਪਣੇ ਟਾਂਕਿਆਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ।

ਅਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਸਨੇ ਅਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਟਾਂਕੇ ਵਰਤੇ ਹਨ, ਆਮ ਟਾਂਕੇ ਜਾਂ ਕਲਿਪ ਵਰਤੇ ਹਨ। ਜੇ ਆਮ ਟਾਂਕੇ ਜਾਂ ਕਲਿਪ ਵਰਤੇ ਹਨ ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕਦੋਂ ਕਢਣੇ ਹਨ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ 7-14 ਦਿਨ ਬਾਦ)। ਜਦੋਂ ਟਾਂਕੇ ਹਟਾ ਦਿਤੇ ਹਨ ਤਾਂ ਗਰਾਫਟ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਹਲਕੇ ਸਾਬਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਧੋਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਓ। ਜੇ ਅਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਟਾਂਕੇ ਵਰਤੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜ਼ਖਮ ਪੂਰਾ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।



6. ਫੋਲੋ- ਅਪ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੇ ਜਾਓ।

ਗਰਾਫਟ ਬਣਨ ਤੋਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 2 ਤੇ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਫੋਲੋ-ਅਪ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ, ਕਿਡਨੀ ਕਲਿਨਿਕ, ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਵੈਸਕੂਲਰ ਅਕਸੈਸ ਕਲਿਨਿਕ ਵਿਚ ਹੋਵੇਗੀ।



7. ਅਪਣੀ ਗਰਾਫਟ ਚੈਕ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਛੂਹ ਕੇ ਜਾਂ 'ਝਰਨਾਹਟ' ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਕੇ ਕਿਵੇਂ ਗਰਾਫਟ ਚੈਕ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਹਰ ਸਵੇਰੇ ਤੇ ਸ਼ਾਮ ਝਰਨਾਹਟ ਚੈਕ ਕਰਨੀ ਵਧੀਆ ਆਦਤ ਹੈ।



Check for thrill



Do not carry heavy bags on graft arm



Avoid contact sports



Wear a BC Renal wristband

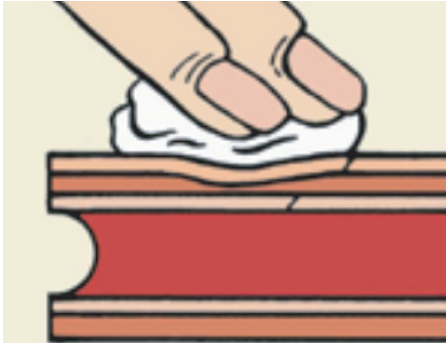


ਅਪਣੀ ਗਰਾਫਟ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ?

- ♦ ਰੋਜ਼ ਝਰਨਾਹਟ ਚੈਕ ਕਰੋ, ਦਿਨ ਵਿਚ ਕਈ ਵਾਰ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ♦ ਕਪੜੇ ਸੋਚ ਕੇ ਪਾਓ। ਜੇ ਗਰਾਫਟ ਤੇ ਦਬਾਓ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਬਚਾ ਕਰੋ। ਲਗਾਤਾਰ ਦਬਾਓ (ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਵੀ) ਖੂਨ ਦੇ ਵਹਾਓ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਘੜੀ ਦੂਜੀ ਬਾਂਹ ਤੇ ਬੰਨ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕੋਈ ਬਟਨ ਕੱਢ ਨਹੀਂ, ਤੇ ਫਿਸਲੇ ਵਾਲੀ ਬਾਂਹ ਤੇ ਝੋਲਾ ਜਾਂ ਪਰਸ ਨਾ ਪਾਓ।
- ♦ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਛੂਹਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਵਧੀਆ ਨਹੀਂ। ਗਰਾਫਟ ਤੇ ਸੱਟ ਲਗਣ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ♦ ਸੌਣ ਵੇਲੇ ਤੇ ਜਾਗਣ ਵੇਲੇ ਦੀ ਪੋਜ਼ੀਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਾਫਟ ਤੇ ਦਬਾਓ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਸੌਣ ਦੀ ਪੋਜ਼ੀਸ਼ਨ ਬਦਲਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਸਿੱਧੇ ਪਿੱਠ ਭਾਰ ਸੌਂਵੇ ਤੇ ਅਪਣੀ ਗਰਾਫਟ ਵਾਲੀ ਬਾਂਹ ਸਰਾਹਣੇ ਤੇ ਉੱਚੀ ਰੱਖੋ।
- ♦ ਅਪਣੀ ਗਰਾਫਟ ਵਾਲੀ ਬਾਂਹ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਵਰਤੋ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। ਇਸ ਬਾਂਹ ਤੇ ਬਲੱਡ ਪਰੈਸ਼ਰ ਨਾ ਚੈਕ ਕਰੋ। ਨਾਂ ਹੀ ਇਸ ਬਾਂਹ ਤੋਂ ਖੂਨ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਸੂਈ ਲਗਾਓ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਗਰਾਫਟ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ♦ ਮੈਡੀਕਲ ਅਲਰਟ ਕੜਾ ਜਾਂ ਬੀ. ਸੀ. ਰੀਨਲ ਦਾ ਜਾਮਣੀ ਬੈਂਡ ਪਾਓ ਜਾਂ ਅਪਣੇ ਪਰਸ ਵਿਚ ਕਾਰਡ ਰਖੋ ਤਾਂ ਕਿ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਾਫਟ ਹੈ। ਗਰਾਫਟ ਦੀ ਜਗਾਹ ਬਾਰੇ ਵੀ ਨੋਟ ਕਰੋ।

ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ♦ ਅਪਣੇ ਹੱਥ ਤੇ ਫਿਸਲਾ ਨਰਸ ਸਾਬਣ ਤੇ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
- ♦ ਅਪਣੀ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਨਰਸ ਨੂੰ ਸੂਈਆਂ ਬਦਲਾ ਕੇ ਪਾਉਣ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਜਾਂ ਆਪ ਸੂਈਆਂ ਲਗਾਉਣਾ ਸਿੱਖਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਕਈ ਮਰੀਜ਼ ਇਹ ਆਪ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।



Hold the needle site

What do I need to do after a dialysis treatment?

- Learn to hold your own needle sites using gentle pressure for 10 minutes. Press at the needle spot and just above.
- Wear gloves when holding your sites.
- When the bleeding stops, tape the gauze in place, but avoid wrapping the tape all around your arm.
- Take the gauze off 4-6 hours after your dialysis treatment.
- You can expect scabs to form where the needles were inserted. Avoid scratching or picking the scabs.
- Your graft may bleed after dialysis. Your hemodialysis team will tell you how to manage this



When should I call my kidney doctor (nephrologist) or dialysis unit?

- You can't feel the "thrill" or if it feels different from usual.
- There is any redness, warmth or pain in your graft arm.
- There is any oozing or drainage from your graft. You have noticeable swelling or itching in your graft arm.
- You have difficulty moving the fingers in your graft arm.
- You are feverish, and have any of the above symptoms.

The information in this pamphlet is provided for educational/information purposes, and to support discussion with your health care team about your medical condition and treatment. It does not constitute medical advice and should not substitute for advice given by your physician or other qualified health care professional.

This brochure can be downloaded from the BC Renal website: www.bcrenalagency.ca