

## بیمارستان آیت الله مدنی بجستان

### مراقبت از راههای دستیابی به عروق

(فیستول و یا گرفت بین شریان و ورید)



### بخش دیالیز

واحد آموزش و کلینیک خودمراقبتی

تدوین: بهار ۱۴۰۱

علائمی مثل بی حسی، خارش، درد، عفونت و یا هر نوع برجستگی غیر طبیعی عروق و محل سوزنها را به پزشک یا پرستار دیالیز خود گزارش کنید.

قبل از هر دیالیز، دست فیستول دار را با آب و صابون بشوئید. بعد از دیالیز از فشار مناسب در محل خروج سوزنها برای بند آمدن خون استفاده نمایید. میتوانید در روزهای بعد از دیالیز، از کمپرس گرم در محل تزریق و عروق استفاده کنید. مراقب باشید روی فیستول کمپرس نگذارید.

بهتر است جهت جلوگیری از خونریزی تا چند ساعت پس از دیالیز حمام نروید.

با پرسنل در تغییر محل ناحیه تزریق سوزنها در هر جلسه دیالیز همکاری نمایید.

به این ترتیب عمر فیستول و رگهای خود را تضمین می نمایید.

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:

۰۵۱-۵۶۵۲۲۸۰۰

داخلی بخش دیالیز ۱۹۱

واحد کلینیک خودمراقبتی: ۲۰۴

آرامش، سلامت و رضایت شما عزیزان بالاترین هدف ماست.

ما را در رسیدن به این هدف یاری فرمائید.

در صورت نشت خون یا عفونت، حتماً به پزشک مربوطه مراجعه شود. هر روز محل فیستول را از نظر علائم تورم، قرمزی، عفونت و گرما کنترل نمایید.

هر روز عملکرد فیستول را با گذاردن آرام دست بر روی فیستول و کنترل جریان خون و ارتعاش آن زیر دستتان بررسی نمائید و در صورت کاهش ارتعاش و یا احساس نبض در آن، بلافاصله به پزشک خود اطلاع دهید.

موقع دراز کشیدن متوجه باشید که فشاری به ناحیه فیستول وارد نشود و روی دست فیستول دار نخواستید.

از انجام کارهای سنگین و بلند کردن اجسام سنگین (بالای ۲ کیلوگرم) با دست فیستول دار خودداری نمایید.

بهتر است ساعت و دستبند در دست فیستول دار نداشته باشید.

در روزهای اول پس از تعبیه فیستول شریانی-وریدی فشارخون سیستولیک خود را در حد ۱۵۰ تا ۱۴۰ میلی متر جیوه نگهدارید و از کاهش آن جلوگیری کنید تا جریان خون و فشار مناسبی به فیستول برسد در صورت احساس افت فشار خون، دراز کشیده و پاهای خود را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.

## فیستول چیست؟

فیستول از این روش برای دستیابی به عروق خونی جهت دیالیز خونی دراز مدت استفاده می شود. در این روش یک سرخرگ را به سیاهرگ وصل می کنند، چون سیاهرگ سطحی فشار کمتری دارد سرخرگ را به آن وصل می کنند.

سرخرگ فشار خون بیشتری دارد و خون از سرخرگ به سیاهرگ می رود و سیاهرگها اتساع می یابند دسترسی به آنها جهت همودیالیز آسان می گردد.

## فیستول بهترین انتخاب برای همودیالیز است.

فیستول ارجح است:

زیرا طول عمر آن بیشتر است و مشکلاتی مثل لخته شدن و عفونت کمتر دارد.

فیستول بایستی چند ماه قبل از شروع دیالیز گذاشته شود. فیستول معمولاً ۴ تا ۶ هفته زمان لازم دارد تا آماده شود قبل از اینکه استفاده شود.

برای ایجاد فیستول جراحی کوچکی لازم است.

معمولاً در دست شما ورید را به شریان نزدیک آن وصل می کنند و با این کار یک رگ خونی بزرگ ایجاد می شود که جریان سریع دارد.

مچ یا آرنج شما محل های مناسب برای فیستول هستند.

فیستول معمولاً چند سال دوام دارد.

## رگ مصنوعی دومین انتخاب برای دسترسی عروق

است. با یک جراحی کوچک یک لوله مصنوعی بین ورید و شریان قرار می دهند. گرافت را معمولاً روی ساعد یا روی بازو قرار میدهند. ولی بعضی اوقات هم ممکن است آن را روی پا یا روی قفسه سینه قرار دهند.

## مراقبت از فیستول :

بعد از ایجاد فیستول شریانی-وریدی برای جلوگیری از تورم، تا چند روز عضو را بالا نگهدارید.

ممکن است به دنبال عمل، دست دچار تورم شود که معمولاً با انجام حرکات ورزشی و قرار دادن دست در سطحی بالاتر از سطح بدن تورم کاهش می یابد.

از بلند کردن اجسام سنگین با اندام مربوطه و یا قرار دادن کیف سنگین بر دوش خودداری شود.

در اعمال فشار یا نفوذ اجسام تیز به داخل آن خودداری شود.

به منظور جلوگیری از بروز لخته در فیستول توصیه می شود. از پوشیدن لباسهای تنگ در بالا و روی محل فیستول، خوابیدن روی دست دارای فیستول، بستن تورنیکت یا کاف فشار سنج در دست دارای فیستول اجتناب شود.

از دست دارای فیستول نباید فشار خون گرفت ( زیرا سبب پارگی فیستول می شود)

نباید در دست فیستول دار تزریق انجام شود.

خون گیری از عضو دارای فیستول انجام نشود.

از به کار بردن تیغ برای زدودن مو در عضو دارای فیستول اجتناب شود.

گاه فیستول دچار آنوریسم (برآمدگی رگ) می شود، یعنی در یک ناحیه به شدت برجسته و پر خون می گردد.

دقت کنید که آنوریسم چون جدار نازکی دارد، در خطر پارگی و خونریزی شدید است پس حتماً آن را به جراح نشان دهید، به خصوص اگر پوست روی آن نازک شده باشد. مراقب باشید که هیچگاه ضربه یا فشار محکمی بر روی آنوریسم وارد نشود.

در مورد زمان شروع همودیالیز از طریق فیستول و یا گرافت شریانی-وریدی، با پزشک خود مشورت کنید و تا زمانی که پزشک اجازه انجام همودیالیز از طریق آنها را نداده، اقدام به استفاده از آن ننمایید.

از پرستار بخش دیالیز درخواست کنید تا جای سوزنها را به طور چرخشی در جلسات دیالیز تغییر دهد. این کار عمر فیستول شما را افزایش می دهد.

توصیه می شود قبل از آمدن به دیالیز دوش بگیرید و یا در صورت عدم امکان دستی را که فیستول در آن قرار دارد کاملاً بشوئید و خشک کنید.

دست دارای فیستول نباید به صورت مداوم بی حرکت بماند.

## ورزشهای زیر را می توانید برای کار آیی بهتر

### فیستول انجام دهید:

دست پائین تر از قفسه سینه قرار بگیرد، بیمار خمیر یا تویی قابل ارتجاع در دست قرار داده و با فشار آن را باز و بسته نماید اینکار را ۲۰ بار انجام دهد سپس استراحت نماید، این کار را چندین بار انجام دهد.

