

# PICC置管后的家庭维护

PICC 是经外周静脉穿刺中心静脉置管的简称，为了保护患者手臂的血管，将药物安全注入，医生将导管从患者手臂的静脉伸入直达靠近心脏大静脉的一种置管方式。因其可长期输入高渗性及刺激性药物，降低药物外渗，提高治疗安全性，避免反复静脉穿刺，减轻患者痛苦，故现已广泛应用于临床，尤为适用于肿瘤化疗患者。

PICC 一次置管最长达 1 年，可以带管生活或工作。而 PICC 导管留置期间要想做到安全、有效、长期使用，对其的日常维护就非常重要。那 PICC 置管后的居家护理有哪些注意事项呢？

## 一、固定

1. 保持穿刺局部清洁干燥，不要擅自撕下敷贴。
2. 敷贴有卷曲、松动、汗液时，及时到医院更换。
3. 不能随意转动 PICC 外露部分的管路和肝素帽。
4. 衣服袖口不宜过紧，不要抱小孩或者宠物，防止把导管勾出或拔出。
5. 夏天天气炎热时可以用丝袜固定。剪去袜头部分，只留袜筒，套在外露的 PICC 导管上，既轻薄透气，又能起到很好的固定作用。
6. 冬天可以在棉毛衫、羊毛衫衣袖上装上拉链，不仅美观，护士操作起来方便。患者也不会因为每次脱衣服而受凉。

## 二、活动

1. PICC 置管后不影响患者从事一般性日常工作、家务劳动、体育锻炼等。
2. 避免置管侧肢提过重的物品，不用这一侧手臂做引体向上、托举哑铃等持重的剧烈运动，并避免游泳等会浸泡到无菌区的活动。
3. PICC 置管后要进行功能锻炼。具体方法是，把握挤压球的置管侧手臂抬高一些，可以和心脏平行，也可以高于心脏；手用力握球持续 5~10 秒，使前臂的肌肉处于紧绷状态；松开手，让球恢复到原来的形状，如此反复练习。功能锻炼可以在任何时间段进行，不受体位的影响，躺着、坐着、走着都可以。带管期间，持续有效的功能锻炼可以促进血液循环，预防静脉血栓的发生。

## 三、淋浴

携带此导管的患者可以淋浴，但应避免盆浴、泡澡。淋浴前用干毛巾或 3~4 张抽纸保护 PICC 置管处，然后用保鲜膜将置管手臂包裹 3~4 圈，保鲜膜上下缘用胶布粘好，避免直接淋浴置管处，防止敷贴进水。淋浴后，用干毛巾擦干，去除保鲜膜，检查敷贴有无浸湿及出汗情况，如有异常应及时去医院维护。

## 四、自我护理

1. 置管一侧手臂避免测量血压，避免长期受压。
2. PICC 置管不能用于特殊检查时推注造影剂（增强 CT、MRI、MRA）的通路，耐高压 PICC 置管除外。
3. 在治疗的间歇期每周（7 天）定时携带 PICC 置管维护登记本，到医院进行导管维护。
4. 若发生穿刺点皮肤发红、发热、肿胀、疼痛、有分泌物，穿刺点出血按压无效，穿刺点渗液，导管内血液反流，导管脱出、断裂，置管手臂水肿明显大于对侧手臂，需要及时到医院就诊。