

一、生理方面：

- (一)正確的飲食攝取。
- (二)適度的休息、運動及睡眠。
- (三)保持身心愉快。
- (四)遵守醫師的指示服藥。
- (五)勿亂服藥物(包括草、中藥)。
- (六)不迷信偏方。
- (七)按時接受透析治療。
- (八)每日測量血壓及體重。
- (九)預防骨折。
- (十)絕對禁煙。
- (十一)接受透析的青年女性，如果有月經的話，也可順利懷孕生子的，但這段時間更須與您的醫師取得聯繫。
- (十二)接受透析的男性患者性能力方面，在身體狀態良好的情形，不須太限制。

二、心理方面：

- (一)要有正確的醫學理念：如高血壓的治療是必須的，水分攝取過多是不當的，節制的飲食是有益健康的。
- (二)認清透析治療是——永久性，但卻是有意義的一種治療。
- (三)盡量說出身體上，心理上的不舒適。
- (四)適當的尋求宗教上的精神寄託。
- (五)了解透析治療，飲食及其他方面的節制是自己的責任。
- (六)擬定生活計劃及目標，大多數病人皆可回到工作崗位，自立更生。
- (七)參加社會團體活動，結交朋友，回歸社會。
- (八)若經濟困難可尋求政府或社會慈善團體幫助。
- (九)家屬應協助患者接受規律透析治療，恢復正常家庭生活，不可過度保護。