

一、什麼是腹膜透析？腹膜透析是腎臟替代療法之一，俗稱「洗肚子」，是經由腹膜透析導管注入透析液，利用腹膜作為過濾和排除體內水份及廢物的方式，以減輕尿毒症狀。

二、腹膜透析有哪些種類？

1. 連續可活動式腹膜透析(CAPD): 為最常見的方式，由手動操作換液，每日執行約3-5次，新鮮透析液灌入腹腔過程大約30分鐘，在腹腔內停留4-6小時後再排出含代謝廢物的透析液。
2. 全自動腹膜透析(APD): 是利用夜間睡覺時，藉「桌上型全自動腹膜透析機」進行數次換液程序。睡前將身上輸液管連接到機器管組，機器會依設定的處方自動執行換液治療，歷時約8-12小時，隔日早上機器完成治療後，將身上輸液管與機器管組分離即可。

三、我該注意什麼？

1. 養成良好個人衛生習慣，執行任何腹膜透析治療步驟前，要徹底洗淨雙手。
2. 請確實遵守護理人員教導的換液標準技術，可有效預防感染。
3. 每日觀察導管出口是否有發炎情形，如紅、腫、熱、痛、或有膿、滲液，如有上述情形，請盡快回腎臟科門診就醫。(延伸閱讀：腹膜透析病人導管出口處自我照護)
4. 每次腹膜透析結束後，需檢查引流液是否有混濁情形並秤重，且須紀錄每次脫水量及全日脫水量。
5. 如發現導管阻塞、導管移位、疝氣、生殖器水腫等，請盡快回腎臟科門診就醫。
6. 飲食原則，適當水份、採低磷、低鈉、高蛋白質食物，如：蛋類、肉類、魚、雞、豆腐等。(延伸閱讀：透析病人的飲食須知)
7. 適當運動(每週至少三次、每次至少

**30分鐘為原則), 改善心肺功能, 增加肌肉力量。(延伸閱讀:透
析病人的運動)**