

【本篇學習重點】1. 洗腎常見的合併症如低血壓、抽筋、搔癢、不寧腿症候群。2. 若有低血壓情形，應與醫師討論洗腎日暫時不要吃降血壓藥。3. 抽筋可能與低血壓有關，應立即告知護理師處理。4. 皮膚搔癢是常見症狀，注意皮膚保濕、勿用力抓癢。

一、什麼是「血液透析治療合併症」？血液透析(洗腎)可以改善末期腎臟病人的尿毒症症狀，維持病人腎臟機能(延伸閱讀：血液透析與居家照護)，但是洗腎治療也可能會出現合併症，常見的合併症如：透析中低血壓、抽筋、噁心嘔吐、搔癢、不寧腿症候群、透析不平衡症候群等。

二、「血液透析治療合併症」可能出現那些症狀？

1. 透析中低血壓：是最常見的合併症，在洗腎過程中，因短時間水分脫除太快或血管收縮異常、心臟疾病、貧血等造成低血壓，可能會伴有頭暈、頭痛、噁心嘔吐、抽筋、打哈欠、肚子痛等情形。

2. 肌肉痙攣(抽筋)：常發生在洗腎快結束前，腿部肌肉比較常見，可能與大量脫水、血壓下降有關。

3. 搔癢：可能是因為皮膚乾燥、尿毒素、發炎反應、鈣磷不平衡等多種因素導致。

4. 不寧腿症候群：可能因神經和感覺運動障礙導致下肢會有奇怪的感覺，特徵為下肢出現麻脹、緊、酸、癢、灼熱、疼痛或蟲爬感等感覺，做些動作會暫時讓這種下肢的奇怪感覺消失，但是只要不做動作下肢的奇怪感覺又會跑回來，常見於休息、不活動或夜間睡覺時。

5. 透析不平衡症候群：因洗腎使血液中的毒素快速清除，而腦部的毒素清除速度較慢，產生濃度差異，導

致水份進入細胞內，造成腦壓上升，這種症狀在前幾次洗腎較容易發生，可能會出現頭痛、高血壓、噁心、嘔吐、視覺模糊及抽筋的情形。

三、我該注意什麼？

1. 透析中低血壓：

- A.** 兩次透析間的體重不超過乾體重的5%。
- B.** 每日水份攝取量以前一天尿量加上**500~700CC**的水份來計算。
- C.** 每日定時量血壓。
- D.** 與醫師討論洗腎日暫時停止服用降血壓藥。
- E.** 必要時依醫師指示於洗腎前及洗腎中服用升高血壓藥。
- F.** 若洗腎中發生低血壓，應將床頭放平，抬高下肢。

2. 肌肉痙攣(抽筋)：

- A.** 洗腎中如果感覺快抽筋，立即告訴護理人員處理。
- B.** 請照顧者將抽筋的腳底板往上壓，減輕不適。

3. 搔癢：

- A.** 平日做好保濕，可使用潤膚乳液。
- B.** 服用止癢藥物。
- C.** 以冰袋冷敷皮膚。
- D.** 盡量穿棉質衣褲，避免穿尼龍或毛料的衣褲。
- E.** 限制高磷食物控制血中鈣磷平衡。
- F.** 嚴重時至皮膚科門診求治。

4. 不寧腿症候群：

- A. 藥物治療：**由醫師評估後開立藥物使用。
- B. 非藥物治療：**養成良好的睡眠習慣，減少喝酒、抽菸及咖啡，可進行遠紅外線光、下肢伸展運動、踩腳踏車和精油按摩下肢來改善。

5. 透析不平衡症候群：

- A.** 前幾次洗腎，醫師會開立相關藥物預防發生此現象。
- B.** 洗腎過程如果有噁心嘔吐、頭痛等任何不舒服的情形，請立刻告知護理人員處理。
- C.** 想吐的時候，稍微抬高床頭、將頭側向一邊，避免噎到。