

透析患者一星期要血液透析**3**次代謝出體內廢物，若遇到颱風天或地震無法如期到醫院接受血液透析治療時，勿過度慌張，雖透析患者外表沒有明顯變化，但體內廢物、鉀離子會迅速累積，造成麻木、心律不整及心肺積水等症狀導致生命危險，提供天災應變措施如附件。

一、飲食方面調整：

- (一)不吃含過多鹽分的食物及補充過多水分，因容易造成心衰竭與肺水腫。
- (二)禁食高鉀食物務必遵從平時飲食衛教，可配合使用降鉀藥粉，延緩血鉀升高速度。
- (三)可攝取高熱量的食物，防止體內熱量的不足、酮酸中毒而使血鉀濃度上升。
- (四)減少高蛋白飲食降低蛋白質代謝產物，如：尿素氮。
- (五)若好幾天無法透析時，可服食軟便藥(緩瀉劑)，造成輕微腹瀉，也可排掉一些水分、尿毒與鉀離子。
- (六)強迫排汗：適量運動幫助排汗，可讓汗水排出一些尿毒素與鉀離子。

二、醫院方面應變措施：

- (一)如醫院因天災無法進行血液透析時，將會協助您轉介其他透析中心。(腎友的聯絡電話如有變更，請務必告知護理人員)
- (二)若因天災造成交通中斷，甚至好多天無法洗腎時，可連絡**119**電話尋求支援。