

如果能配合醫護人員之指導，控制鹽分及水分之攝取，維持兩次透析中間體重增加在**5%**以內，適度的運動、按時服藥、維持血壓穩定，患者大多可以順利的進行透析治療，但是偶爾也會出現一些併發症狀，茲將血液透析時常見症狀及預防方法說明如下：

一、透析不平衡症候群：

常發生於透析初期，常伴隨頭痛、噁心、嘔吐、血壓上升或下降等不適症狀。
預防方法：平日需按時透析，不要間隔太多天洗腎，並且控制飲食，減少尿毒素的累積。

二、血壓下降：

血壓下降是透析中最常見之併發症，透析中(尤其是透析過程最後一小時)當有頭暈、冒汗、想吐、打哈欠、愛睏、眼睛模糊、腹痛、有便意、心悸等症狀時，可能有血壓下降的情形。

預防方法：

- (一)平日宜限制水分尿毒素的累積、鹽分，避免兩次透析間體重增加大於**5%**。
- (二)每次透析前可與醫師討論是否需暫停服用一次降血壓藥物。
- (三)改變姿勢要緩慢，以避免發生姿勢性低血壓。
- (四)有血壓下降的症狀時，可將頭部放平，抬高腳部，想吐時將頭側向一邊。
- (五)若體重增加太多時，可延長透析時間或分次脫水。
- (六)透析中勿進食，若覺肚子餓可進食約**200**卡之食物，例如茶葉蛋**1**個、布丁一個、吐司一片。

三、抽筋：

常在透析進行**2~3**小時發生，一般最常見於下肢的抽筋，也有發生在腹肌或手指，抽筋時肌肉會緊繃且有疼痛感。

預防方法：

- (一)減少水分攝取，避免兩次透析間體重增加大於**5%**。
- (二)發作時可熱敷，按摩肌肉。
- (三)需重新調整乾體重。

四、血壓上升：

慢性腎衰竭患者高血壓常見的原因，為體內積存過多水分使血液循環量增加而造成血壓升高，當透析時某些降血壓藥物會被透析出來，導致透析中血壓上升，高血壓可能伴隨有頭痛、肩膀僵硬、噁心、嘔吐等症狀。

預防方法：

- (一)控制水分及鹽分之攝取。
- (二)聽從醫護人員指示，配合身體需要調整乾體重。
- (三)按時依醫囑服用降壓藥。

五、出血：

慢性腎衰竭患者因尿毒素的累積及血小板功能不良，而透析中必須使用肝素防止血液凝固，如果再有精神上的壓力或服用止痛等的藥物，就很容易引起腸胃道出血、解黑便、身體其他部位出血及皮膚有瘀斑等情形出現。

預防方法：

(一)平日動作宜輕柔，應防碰撞。

(二)女性如遇月經來潮時，透析前應告知護理人員，以調整肝素用量。

(三)每次透析後針孔處要適當壓迫止血。

(四)按時透析。

(五)避免服用刺激胃壁黏膜的藥物。

六、皮膚癢：

可用冰敷，盡量穿棉質衣服，使用中性肥皂，沐浴後使用乳液滋潤皮膚，倘若症狀未能解除，則可至門診請醫師診視。