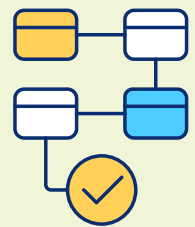
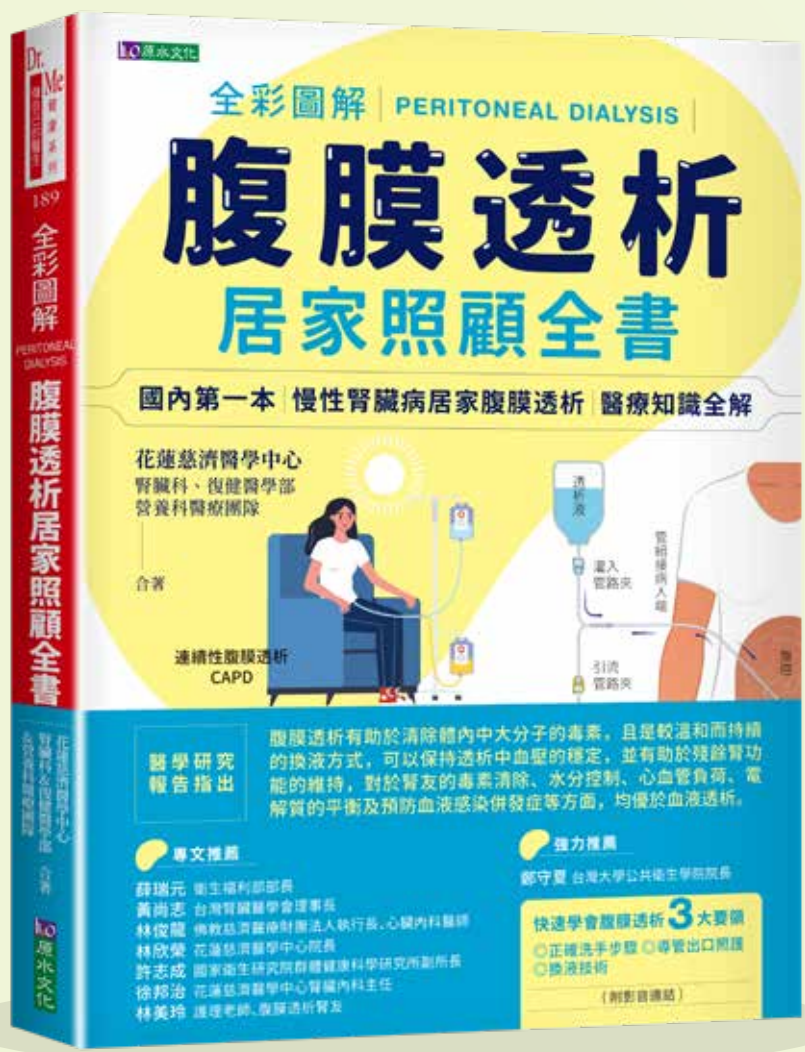


# 腹膜透析 好生活



文／江家瑜 攝影／鍾懷誼

花蓮慈濟醫院腎臟科、復健醫學部、營養科醫療團隊於八月二十五日舉辦《全彩圖解腹膜透析居家照顧全書》新書分享會，由獲得「國民健康署腎臟病健康促進機構評量」評鑑 A 級的醫療團隊，以淺顯易懂的文字與圖片，介紹腎臟病、腹膜透析及照護方法、飲食營養、運動指南外，也分享團隊二十多年來的專業照護經驗。

臺灣號稱洗腎王國，慢性腎臟病的發生率與盛行率為世界第一，洗腎人口超過九萬多人，而腎臟透析有兩種，血液透析與腹膜透析。血液透析病人需每週三次到醫院或診所，花費四、五小時由

醫護人員協助使用人工腎臟進行透析，時間及空間往往受到限制；腹膜透析也就是俗稱的「洗肚子」，則是利用人體內天然的半透膜「腹膜」作為過濾器來進行透析，需自行更換透析液，每次約二十至三十分鐘，一個月回診一次、可自行調整透析時間、不需要打針、無血液流失，且透析過程血壓穩定，也能提升病友的自我照顧能力。

「做血液透析非常不能適應，不只時間受限，身體也不自由，每次去醫院心裡壓力很大。」六十八歲的韓先生，患有糖尿病、高血壓、心臟病等慢性病，因為糖尿病導致腎功能變差，去年（二



花蓮慈濟醫院《全彩圖解腹膜透析居家照顧全書》新書分享會，邀請腹膜透析腎友前來參與，林欣榮院長（左五）及王志鴻副院長（右四）特地現身推薦。



腹膜透析中心主任王智賢表示，這是腎臟科團隊出版的第三本書，第一本《透析護腎一日三餐健康蔬療飲食》教病友怎麼吃，第二本《慢性腎臟病科學實證最強復健運動全書》教病友做運動，第三本就是《全彩圖解腹膜透析居家照顧全書》，讓有需要的病友、家屬或是醫療人員，可以透過這本書來解惑。



慢性腎臟病防治中心主任林于立主任分享，特別附上影音示範教學 QR Code，可透過影音教學平台，無限次觀看由護理師親自示範影像，來同步操作練習。

○二一)十一月在花蓮慈濟醫院接受血液透析治療時，常常血壓忽高忽低，甚至透析完後，好幾次在廁所內暈倒，讓家人非常擔心，與醫療團隊討論後，決定在今年三月改為腹膜透析。

「洗腎不可怕，你還是可以過自己的生活。」韓先生開心分享，改為使用「全自動腹膜透析 (APD)」後，只要每天睡前設置好，利用睡覺同時的八至十小時進行透析，醒來後就下機了，平常生活不再受到影響，也能與太太好好享受退休生活，重拾愉快心情。

內科主任徐邦治表示，一般人對於腎臟知識及透析衛教知識一知半解，對於「腹膜透析」的了解不多，甚至產生誤解，希望藉由這本書的分享，讓更多人認識腹膜透析，讓病友面對即將進入洗腎時，在抉擇腎臟替代療法中，腹膜透析也是一項可以考慮的選擇，也希望病友能維持日常生活外，都能過好日子。

《全彩圖解腹膜透析居家照顧全書》為全臺灣第一本針對腹膜透析照護的書籍，徐邦治主任說，感恩衛生福利部部長薛瑞元、臺灣腎臟醫學會理事長黃尚志、慈濟醫療法人執行長林俊龍、花蓮慈院院長林欣榮、國家衛生研究院群體健康科學研究所副所長暨臺灣腎病年報總編輯許志成、護理系教師同時也是病友林美玲等專家、學者及病友的專文推薦，以及臺灣大學公共衛生學院院長鄭守夏的強力推薦。

「其實洗腎，人生還是可以過得一樣精采。」慢性腎臟病防治中心林于立主

任分享，《全彩圖解腹膜透析居家照顧全書》分成七大主題，針對認識腎臟及腎臟病、善用醫病共享決策、腹膜透析介紹、健康管理、日常照護需知、例常運作與調適、善用雲端科技輔助照護等面面俱到的內容外，還特別附上影音示範教學QR Code，可透過影音教學平臺，無限次觀看由護理師親自示範影像，來同步操作練習，除了國語版本教學，還有臺語、英文及印尼語版本可以選擇，讓讀者能詳細了解腹膜透析相關的操作與衛教知識，進而減輕壓力及負擔，實踐追求健康的生活。



韓先生開心分享，使用「全自動腹膜透析 (APD)」後，重拾愉悅的日常生活。



花蓮慈濟醫院腎臟科團隊在新冠疫情打亂臨床作業的同時仍抓緊時間完成新書，也感謝共同撰稿的營養科及物理治療師團隊。左起：宋宜靜護理師、游純慧（已退休）護理師、李惠媛護理師、王智賢主任、徐邦治主任、林子立主任、林欣穎護理長、曾淑慧護理師。

腹膜透析中心主任王智賢表示，這是腎臟科團隊出版的第三本書，第一本《透析護腎一日三餐健康蔬療飲食》教病友怎麼吃，第二本《慢性腎臟病科學實證最強復健運動全書》教病友做運動，第三本就是《全彩圖解腹膜透析居家照護全書》，讓有需要的病友、家屬或是醫療人員，可以透過這本書來解惑，而透析中心有護理師二十四小時值班，若是書中遇到不懂的部分，也可以撥打電話諮詢。

「心臟科最好的朋友，就是腎臟科。」內科副院長王志鴻分享，心臟功能不好的病人，每年有相當多的病友進入腎臟病末期，心臟內科醫師得提醒他們可能需考慮進一步洗腎，而這本書淺入淺出的分享腹膜透析的好處，即使非專業人士也能理解，感恩團隊分享這麼實用的腹膜透析相關知識，鼓勵有需要的人，可以好好來利用這本書。

林欣榮院長提到，這本書除了提醒讀者護腎觀念，最重要是讓更多人認識「腹膜透析」，每一個章節都是腎臟內科團隊多年來從病友身上累積最常見的問題，書中鉅細靡遺的講解及貼心小叮嚀，都是照護團隊對病友與家屬的專業與用心。🌱

團隊作者群為熱情支持的讀者及腎友簽書。

