



مراقبت از فیستول

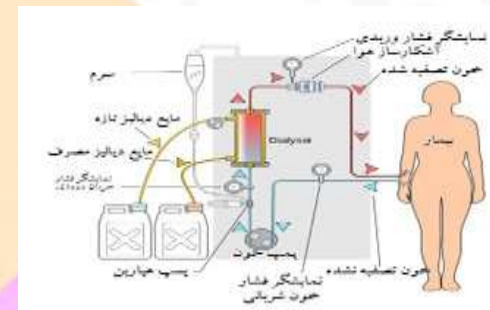
- ❖ در روزهای اول پس از تعبیه ی فیستول شریانی وریدی، فشار خون سیستولیک خود را در حد 140-150mmHg نگهدارید و از کاهش آن خودداری کنید تا فشار و جریان خون مناسبی به فیستول برسد. در صورت کاهش فشار خون دراز بکشید و پاهای خود را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.
- ❖ علایمی مانند بی حسی، خارش، درد، عفونت و یا هر نوع برجستگی غیرطبیعی عروق و محل سوزن ها را به پزشک یا پرستار دیالیز خود گزارش کنید.
- ❖ بعد از دیالیز از فشار مناسب در محل خروج سوزن ها برای بند آمدن خون استفاده کنید.
- ❖ می توانید در روزهای بعد از دیالیز، از کمپرس گرم در محل تزریق استفاده کنید. مراقب باشید که بر روی فیستول فشار وارد نشود.
- ❖ بهتر است جهت جلوگیری از خونریزی تا چند ساعت پس از دیالیز حمام نروید.

برای کارایی بهتر فیستول چه ورزش هایی انجام دهم؟

- ❖ دست پایین تر از قفسه سینه قرار بگیرد. بیمار خمیر یا توپ قابل ارتجاعی را در دست قرار داده و با فشار آن را باز و بسته نماید. این کار را ۲۰ بار انجام داده و استراحت کند و چند مرتبه در روز آن را تکرار کند.



- ❖ هر روز فیستول را از نظر علایم تورم، قرمزی، عفونت و گرما کنترل نمایید.
- ❖ هر روز عملکرد فیستول را از طریق قرار دادن آرام دست بر روی آن و کنترل جریان خون و ارتعاش آن زیر دستتان بررسی کنید. در صورت کاهش ارتعاش و یا احساس نبض در آن بلافاصله به پزشک خود اطلاع دهید.
- ❖ موقع دراز کشیدن متوجه باشید که فشاری به محل فیستول وارد نشود و سر خود را روی محل فیستول نگذارید.
- ❖ بهتر است ساعت یا دستبند در دست دارای فیستول نداشته باشید.



آدرس: سه راه سیمین، خیابان جانبازان، انتهای بلوار شهید
بخشی. تلفن: ۰۳۱۳۵۱۳۰۰۰۰، داخلی واحد آموزش به
بیمار: ۷۷۲

فیستول چیست؟

از این روش برای دستیابی به عروق جهت دیالیز خونی دراز مدت استفاده می شود. در این روش یک سرخرگ را به سیاهرگ متصل می کنند. سرخرگ فشار خون بیشتری دارد و خون از سرخرگ وارد سیاهرگ شده و باعث اتساع سیاهرگ ها می شود و از این طریق دسترسی به آن ها جهت همودیالیز آسان می گردد.

چرا فیستول بهترین انتخاب برای همودیالیز است؟

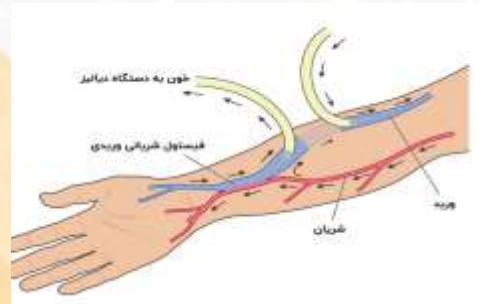
طول عمر آن بیشتر است و مشکلاتی مثل لخته شدن و عفونت کمتر دارد.

فیستول بایستی چند ماه قبل از شروع دیالیز گذاشته شود. معمولاً بین ۴ الی ۶ هفته زمان نیاز دارد تا آماده جهت انجام دیالیز شود.

برای ایجاد فیستول نیاز به جراحی کوچکی است. معمولاً در دست شما شریان را به ورید نزدیک آن وصل می کنند و با این کار یک رگ خونی بزرگ ایجاد می شود که جریان سریعی دارد.

مچ یا آرنج شما محل های مناسب برای فیستول هستند. فیستول معمولاً چند سال دوام دارد.

رگ مصنوعی یا گرافت دومین انتخاب برای دسترسی عروق است.



با یک جراحی کوچک یک لوله ی مصنوعی بین ورید و شریان قرار می دهند. گرافت را معمولاً روی ساعد یا روی بازو قرار می دهند ولی بعضی اوقات هم می توان آن را روی پا یا روی قفسه سینه قرار دهند. گرافت را باید حداقل ۲ هفته قبل از استفاده کار گذاشت.

چگونه از فیستول مراقبت کنم؟

- ❖ بعد از ایجاد فیستول شریانی وریدی برای جلوگیری از تورم تا چند روز عضو را بالاتر نگه دارید.
- ❖ از بلند کردن اجسام سنگین (بالای ۲ کیلوگرم) با اندام مربوطه و یا قرار دادن کیف سنگین بر دوش خودداری کنید.
- ❖ از اعمال فشار یا نفوذ اجسام تیز به داخل فیستول خودداری شود.
- ❖ به منظور جلوگیری از بروز لخته در فیستول توصیه می شود از پوشیدن لباس های تنگ در بالا و روی محل فیستول، خوابیدن روی دست دارای فیستول، بستن تورنیکت یا کاف فشارسنج در دست دارای فیستول خودداری شود.

- ❖ از دست دارای فیستول نباید فشار خون گرفت. زیرا این امر می تواند منجر به پارگی فیستول شود.
- ❖ نباید در دست دارای فیستول تزریقات انجام شود.
- ❖ خونگیری نباید از دست دارای فیستول انجام شود.
- ❖ از به کار بردن تیغ برای زودن مو در عضو دارای فیستول اجتناب شود.
- ❖ گاه فیستول دچار آنوریسم (برآمدگی رگ) می شود. یعنی در یک ناحیه به شدت برجسته و پر خون می شود. دقت کنید که آنوریسم چون جدار نازکی دارد در خطر پارگی و خونریزی شدید است. پس حتماً این موضوع را به پزشک خود اطلاع دهید به خصوص اگر پوست روی آن نازک شده باشد. همچنین مراقب باشید هرگز ضربه یا فشار محکمی به آنوریسم وارد نشود.
- ❖ در مورد زمان شروع همودیالیز از طریق فیستول یا گرافت شریانی وریدی با پزشک خود مشورت کنید و تا زمانی که پزشک اجازه نداده است اقدام به استفاده از آن ننمایید.
- ❖ توصیه می شود قبل از دیالیز دوش بگیرید و یا در صورت عدم امکان، دستی را که در آن فیستول قرار دارد کاملاً بشویید و خشک کنید.
- ❖ دست دارای فیستول نباید به صورت مداوم بی حرکت بماند.
- ❖ در صورت نشت خون یا عفونت حتماً به پزشک معالج خود مراجعه کنید.