

# 透析患者饮食注意事项

□ 高娜

透析是一种用于治疗肾功能衰竭患者的常见方法，通过透析可以替代部分肾脏功能，帮助患者维持身体机能的正常。而在透析过程中，患者的饮食也需要注意一些事项，以避免对身体造成不良影响。本文将针对透析患者的饮食注意事项进行科普，帮助患者更好地了解 and 应对这一情况。

## 一、控制水分摄入

透析患者通常会经历水分潴留的情况，因此需要控制水分摄入，以避免水肿和血压升高。一般来说，患者应该遵循低盐、低脂的饮食原则，尽量避免食用高

盐、高脂肪的食物，如咸菜、肥肉等。同时，患者应该注意控制水的摄入量，避免饮水过量，以免出现水肿和呼吸困难等情况。

## 二、合理摄入蛋白质

肾功能衰竭患者需要摄入足够的蛋白质来维持身体机能的正常，而透析患者也不例外。一般来说，患者应该选择优质蛋白质，如鱼肉、瘦肉、鸡蛋等，以避免营养不良的情况。

## 三、控制钾、磷等矿物质摄入

透析患者需要控制钾、磷等矿物质的摄入，以避免高钾血症和钙磷沉积等情

况的发生。因此，患者应该避免食用高钾、高磷的食物，如蘑菇、海产品等。同时，患者可以适量食用富含维生素和矿物质的食物，如新鲜蔬菜、水果等，以补充身体所需的营养物质。

## 四、适量摄入脂肪

肾功能衰竭患者需要控制脂肪的摄入量，以避免血脂升高。患者可以选择富含不饱和脂肪酸的食物，如鱼类等，以保持身体机能的正常。同时，患者应该注意控制脂肪的摄入量，避免食用高脂肪的食物，如油炸食品、肥肉等。

## 五、注意饮食卫生

透析患者的饮食卫生也非常重要，因为不良的饮食卫生容易引起感染等并发症。因此，患者应该选择新鲜、卫生的食物，避免食用过期、变质的食物。同时，患者应该注意餐具的卫生，定期消毒清洗。

总之，透析患者的饮食注意事项包括控制水分摄入、合理摄入蛋白质、控制钾、磷等矿物质摄入、适量摄入脂肪以及注意饮食卫生等方面。患者在遵循这些原则的基础上，可以更好地应对肾功能衰竭的情况，保持身体机能的正常。

(作者单位:河北省河间市人民医院)

# 常用手术器械的手工清洗流程

□ 杨云霄

在手术过程中，手术器械扮演着至关重要的角色。为了保证手术的顺利进行，以及防止手术感染的发生，对手术器械进行有效的清洗是至关重要的。本篇文章将为大家详细介绍常用手术器械的手工清洗流程。

## 一、准备阶段

在进行清洗前，我们需要准备以下工具和材料：清洗池、流动水、软水、洗涤剂、刷子、手套、口罩、帽子、护目镜或者面屏、防水鞋、防水围裙等。同时，我们还需要确保工作区域清洁，避免交叉污染。

## 二、清洗流程

- 分类：将手术器械按照不同的材质、精密程度进行分类，以便于清洗和保养。
- 预洗：将手术器械浸泡在流动水中，清除表面的污垢和杂质。对于难以清除的污渍，可使用刷子轻轻刷洗。
- 手工清洗：使用手套、帽子和口罩、面屏保护好自己，同时，用流动水冲洗手术器械，进一步去除器械污染物。

- 洗涤剂的使用：使用专用的手术器械洗涤剂，以避免对器械造成损害，同时确保清洗效果。一般来说，建议使用中性洗涤剂或弱酸性洗涤剂。

- 超声波清洗：对于一些难以清洗的细小零件，可采用超声波清洗技术。通过超声波的震动产生“空化效应”，可以有效地清洗器械。

- 清洗：再次用流动水冲洗手术器械，流程包括漂洗和终末漂洗。

- 消毒：清洗后器械应进行消毒处理。方法首选湿热消毒，也可用75%酒精，酸性氧化电位水等。

- 干燥：宜首选干燥设备进行干燥处理。不应使用自然干燥方法进行干燥。

- 器械检查与保养：应采用目测或使用带光源放大镜对干燥后的每件器械、器具进行检查。清洗质量不合格重新处理。应使用医用润滑剂进行器械保养。不应使用石蜡油等非水溶性的产品作为润滑剂。

- 包装：将清洗后的手术器械按照

器械的装配技术规程进行装配、包装、封包。

## 三、注意事项

- 个人防护：在清洗过程中，务必做好个人防护，避免消毒剂和洗涤剂对皮肤造成伤害。

- 卫生标准：确保工作区域清洁，避免交叉污染。所有的工具和设备都应定期消毒，以防止细菌的传播。

- 定期维护：定期检查手术器械的性能，确保其在使用过程中能够正常工作。对于损坏的手术器械，应及时报修或更换。

- 保养知识：了解手术器械的保养知识，定期对手术器械进行保养，以延长其使用寿命。

- 记录保存：对于清洗过程和结果，应做好记录并保存，以便于后续查阅和分析。

## 四、常见问题解答

- 问：清洗手术器械时，应该使用什么样的水？

答：应使用软水进行清洗，避免水中

的矿物质对手术器械造成损害。同时，应使用流动水进行清洗，以清除污渍和消毒剂。

- 问：清洗手术器械时，应该使用什么样的洗涤剂？

答：应使用专用的手术器械洗涤剂，以避免对手术器械造成损害，同时确保清洗效果。根据不同的手术器械和污渍情况，选择合适的洗涤剂。

- 问：手术器械应该如何干燥？

答：根据器械材质选择适宜的干燥温度，金属类温度70℃-90℃；塑胶类干燥温度65℃-75℃。不耐热器械可使用低纤维絮擦布、压力气枪或≥95%乙醇进行干燥处理。如果条件允许，可以使用干燥柜进行干燥。

总之，手术器械的清洗是保证手术顺利进行的重要环节。通过了解并遵循正确的清洗流程和注意事项，我们可以确保手术器械的清洁度和性能，从而降低手术感染的风险，提高手术的成功率。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

# 腹膜透析出入液不畅的原因分析

□ 邓璐萍

慢性肾脏病是多种原因引起肾脏结构异常与肾功能障碍的肾脏疾病，主要病理机制是由于肾小球滤过率改变引起病理性损伤，肾小球影像学检查异常等情况。目前慢性肾脏病已成为威胁人类健康的综合性疾病，患者不及时接收治疗护理会加重病情形成尿毒症。终末期肾脏病患者规律透析治疗面临诸多问题，腹膜透析居家优势缓解农村地区卫生资源稀缺现状。腹膜透析患者需要具备一定自我管理知识技能，腹膜透析液引流不畅是腹膜透析常见并发症，需要了解腹膜透析出入液不畅原因采取相应的措施减少并发症的发生。

## 一、腹膜透析出入液不畅的原因

腹膜透析出入液不畅是腹膜透析过程中常见的问题，可能由多种原因引起。

- 导管堵塞：导管堵塞是导致腹膜透析出入液不畅的常见原因，可能是由于导管移位、扭曲或受压等原因所致。患者未能按要求定期更换导管或未能保持导管清洁，可能导致导管堵塞。

- 腹膜粘连：腹膜粘连是由于腹膜炎、腹部手术或感染等原因引起的。当腹膜粘连影响到透析管的通畅性时，可能导致出入液不畅。

- 肠梗阻：肠梗阻是指肠道蠕动减慢或肠套叠等原因引起的肠腔狭窄，导致肠内容物无法通过。患者的肠梗阻影响到透析管的通畅性，可能导致出入液不畅。

- 腹腔内压力过高：腹腔内压力过高可能导致出入液不畅。由于患者存在腹腔积液、肠胀气、便秘等原因所致。

- 透析液温度过低：透析液温度过低可能导致腹腔内血管收缩，影响到透析液的流通性，从而导致出入液不畅。

- 患者体位不当：患者进行腹膜透析时体位不当可能导致出入液不畅。如患者长时间保持同一姿势，可能导致腹腔内器官压迫到透析管，影响到透析液的流通性。

- 其他原因：腹膜透析出入液不畅可能是由于其他罕见的原因所致，如腹腔内肿瘤、腹腔内血管病变等。

## 二、腹膜透析出入液不畅的处理

针对腹膜透析出入液不畅的问题，患者可以采取以下措施：

- 检查导管位置：定期检查导管位置是否正确，如有移位、扭曲或受压等情况，及时调整导管位置。

- 保持导管清洁：定期更换导管和连接管，保持导管清洁避免感染和堵塞。

- 避免剧烈运动：避免剧烈运动导致导管移位或扭曲等情况，影响到透析液的流通性。

- 调整饮食和药物：根据医生建议调整饮食和药物，改善肠道蠕动和消化功能，减轻肠梗阻症状。

- 减轻腹腔内压力：针对腹腔内压力过高的情况，可以采取减轻腹腔内压力，如控制腹腔积液、促进肠蠕动等。

- 调整透析液温度：适当调整透析液温度，以改善血管收缩和流通性。

- 定期检查：定期进行肾功能检查、电解质检查等，及时发现处理可能出现的问题。

(作者单位:河北省河间市人民医院)

# 糖尿病肾病的护理注意事项

□ 王萍

糖尿病在临床上多发且常见，是一种代谢性疾病，胰岛素分泌过少、作用障碍和高血糖等均是其特点，患者多表现为多食、多尿、消瘦等。另外，生化代谢紊乱、胰岛素抵抗、肾小球血流动力学改变等，均是造成患者糖尿病肾病出现的因素，是糖尿病死亡的一个主要因素，也是出现的微血管并发症，因此需要尽早实施准确且早期治疗干预，保证患者生命安全，有效控制病情。那么，糖尿病肾病的护理注意事项有哪些呢？你了解多少呢？下述将做出简要科普。

## 一、糖尿病肾病的护理

糖尿病肾病的护理要看糖尿病肾病处于什么期，如果糖尿病肾病处于糖尿病肾病的早期也就是我们的尿蛋白期，要做的护理就是要对饮食进行指导。如果到糖尿病肾病的晚期也就是糖尿病肾病肾衰竭期除了要指导患者饮食相关注意事项，还要指导糖尿病肾病水肿出现

情况的护理，要做的就是抬高双下肢促进血液的回流以减少双下肢水肿的概率。

- 尿量：应注意观察尿量、颜色，以及性状的变化，如果出现异常，应及时上报医生。

- 饮食：应控制植物蛋白的摄入，以减轻肾脏负担，还应限制钠的摄入，每天钠的摄入量应该不超过3g，少尿时应控制钾的摄入。此外，还应限制水的摄入，水的摄入量应控制在前一日尿量加500ml为宜。

- 运动：糖尿病肾病患者中晚期可出现蛋白尿、高血压、水肿等症状，若无高血压，水肿不明显，可以适当进行锻炼，如果肾功能损害严重，应注意休息，避免病情加重。

- 水分：糖尿病肾病患者要控制水分的摄入，如果水分摄入过多容易造成糖尿病肾病水肿，从而使疾病加重。

## 二、糖尿病肾病注意事项

糖尿病肾病属于糖尿病比较严重的并发症，是长期血糖控制差造成的，所以糖尿病肾病患者首先应该控制血糖，只要血糖控制在理想范围，通过适当运动以及应用教堂药物，另外必要时应用胰岛素治疗肾病，这样会对肾脏损害小，另外，要注意低盐低蛋白饮食，优质蛋白饮食。

- 控制盐的摄入：病人通常会合并高血压的情况，出现严重的水肿。这时会要求限制盐的摄入，而且会比高血压病人对盐摄入量的要求更高，通常每天摄入量在3-5g。

- 控制糖的摄入：需要严格控制糖、纯糖、高碳水化合物摄入，这些是影响血糖的主要原因。

- 限制液体摄入量：如果病人有高度水肿、肿得厉害，会限制液体摄入量，如汤、水、粥、奶、含液体的蔬菜等。需要严格控制摄入量，才能够减轻全身的水肿状态。

- 控制蛋白质饮食：通常病人会合并

肾功能异常，这时需要适当控制蛋白质饮食。一般而言，要求24h的每公斤体重蛋白摄入<1.3g。

- 注意不要太劳累，尽量避免感冒等感染疾病，因为感染、劳累会加重肾脏的负担。

- 注意戒烟戒酒，保持心情的愉快和平和，要树立战胜疾病的信心。

- 部分临床蛋白尿的患者其实尿蛋白已经很高，但因为症状并不明显，所以会忽视糖尿病肾病的治疗。一旦发生临床蛋白尿，肾脏衰竭会加快，所以出现临床蛋白尿时，要积极治疗。

总之，尿病肾病是一种很严重的疾病，如果控制不好，很容易就进展到慢性肾功能衰竭，即我们所知的尿毒症，如果变成尿毒症，就要依靠透析来维持生活，生活质量就会明显下降。所以要通过合理、有效的护理方式保护自己的病情不发生进一步恶化。

(作者单位:河北省香河县人民医院)