



为肾病患者提供居家智能化服务

市腹膜透析规范化诊疗中心落户市中心医院

朱洁 宋玺



市腹膜透析规范化诊疗中心落户市中心医院



部分医护人员合影



省市专家汇集市中心医院

本月,株洲市腹膜透析规范化诊疗中心正式落户市中心医院。今后,市中心医院肾内科将为株洲的肾病患者,提供包括住院医疗服务、治疗方案制定、日常用药指导、健康状况咨询、生活方式干预和后续康复等在内的全流程健康服务。

44岁的宋女士是一位年轻的尿毒症患者,目前,她尚未等到适合自己肾源。对她来说,透析是肾移植外的治疗方案。综合考虑她的年龄、血管、生活、工作等情况,

市中心医院肾内科主任彭清丰建议她选择腹膜透析。

接受医护人员的培训后,目前,宋女士居家自行进行腹膜透析。“每隔4—6小时换一次腹透液,每次换液时间大约15—20分钟,每天换3—4次,而整个透析过程,我也能正常上班、做事。”她告诉笔者。

76岁的刘哆哆是另一位接受腹膜透析的尿毒症患者。之前他接受的是较为传统的血液透析,但他本身的血管条件不好,

建立长期的血管通路很困难,加上老人家年事已高,有冠心病,长期使用抗凝药物,如果再继续血液透析可能诱发加重出血。另外,刘哆哆家离医院较远,平常子女工作忙,每周两次送他到医院进行血液透析很不方便。综合患者的身体情况和家属诉求,去年疫情期间,市中心医院肾内科主任彭清丰建议他改换为腹膜透析。“这一年多,都是儿女在家帮他做腹膜透析。”彭清丰介绍。

除了肾移植,透析是终末期肾病患者的最终方案

笔者了解到,对于罹患终末期肾病的患者,目前医学上只有三种解决方案:血液透析、腹膜透析和肾移植。

其中,患者生存质量最高的治疗方案当属肾移植。据悉,肾移植就是我们常说的换肾。目前,我国的肾移植技术已相当成熟,但前提是患者要等到合适的肾源,另外还有发生排斥和长期抗排斥治疗带来感染的风险。

除了肾移植,透析是这类患者的最终解决方案。透析,又分两种,即大家相对了解、传统的血液透析,以及大家了解甚少

的腹膜透析。

什么是血液透析?血液透析就是在建立的血管通路上,将血液引流至体外,经过血液透析机完成血液和透析液之间毒素的交换,从而达到清除体内代谢废物,维持机体内水电解质平衡,同时清除多余水分。“这种透析的原理主要是血液与浓度相似的透析液,在由无数根空心纤维组成的透析器中通过弥散、超滤、吸附和对流原理进行物质交换,从而达到维持机体内环境稳定,再将血液输入体内,起到‘人工肾’的作用。”彭清丰介绍。

腹膜透析其实也不是什么新技术。上世纪六十年代,医学界就开始尝试了,只是持续不卧床的腹膜透析在1980年左右才正式问世。彭清丰介绍,腹膜透析的原理与血液透析类似,只是将腹膜作为透析器,通过置入在腹腔内的管路将透析液注入腹腔,让腹膜上的毛细血管内血液与腹透液进行物质交换,从而达到清除体内代谢废物的作用。

血液透析和腹膜透析到底怎么选?

那么问题来了,对有需要的患者,血液透析和腹膜透析到底怎么选?

对此,彭清丰表示,需要根据患者的病情、身体情况、家庭现状等具体问题具体分析。“血液透析和腹膜透析的技术都已经比较成熟,选择哪一种透析方式,都需要专科医师对患者情况进行综合评估后才能决定。”她说。

据介绍,中空纤维透析器出现后,血液透析的设备和技术日趋成熟,在临床当中应用广泛,在单次透析效果、对小分子溶质清除效果上有明显优势。

但对于心血管系统功能不稳定,有出血

倾向或者建立血液透析血管通路困难的患者,腹膜透析则是他们的第一选择。另外,一些年轻的终末期肾病的患者,医生也建议他们先选择腹膜透析。“就像44岁的宋女士,接受腹膜透析,能很好地保护她外周血管,也能更好地保留残余肾功能。将来等到肾源了,她可以接受肾移植,如果没有等到,腹膜功能衰竭了,她还是可以再接受血液透析。这样也是终末期肾病患者的一体化治疗:腹透、血透和肾移植,可以有效提高患者的透析时间,延长患者的生存寿命。”彭清丰说。

腹膜透析也是一项便民、惠民的技术。和血液透析需要在医院进行不同,腹

膜透析成本低,不需要医疗设备和场地,可居家完成,适合大多数尿毒症患者,尤其是行动不便、居住地距离医院较远,以及白天需要工作学习的患者。“腹膜透析还能很好的保护残余肾功能,又能有效避免交叉感染,特别是在疫情等突发状况下,更能体现其优势。”彭清丰认为。

但因为腹膜透析需要在腹腔置入导管,操作不慎可能导致导管相关感染甚至腹腔感染,可能造成严重后果,所以腹膜透析需要严格规范的操作。“医务人员会对每一位选择腹透患者本人或照顾者,进行全面培训,考核合格后才能独立操作。”彭清丰说。

全市已有200多患者接受居家腹膜透析

随着社会老龄化加剧,人们生活方式改变,这些年,株洲尿毒症确诊人数越来越多。面对这一现状,彭清丰表示,市中心医院肾内科将以株洲市腹膜透析规范化诊疗中心成立为契机,不断提升中心医护人员业务能力,完善软硬件建设,加大人才梯队培养,打造腹膜透析规范化诊疗与服务的样板。积极推广腹膜透析技术在株洲地区的应用,同时为基层医院培养腹透技术人才,帮助基层医院建立腹透专科团队。

另一方面,株洲市腹膜透析规范化诊

疗中心还将加强对各单位腹膜透析的质量督查,进一步规范各单位腹膜透析的管理和流程,确保全市尿毒症患者得到同质化的治疗。同时积极建立株洲地区肾病专科联盟,真正落实基层首诊、双向转诊、急慢分治、上下联动的分级诊疗原则,建立株洲地区终末期肾病分级诊疗的网络体系,提高尿毒症患者的治疗率。通过专科联盟搭建的信息网络平台,加强本地区慢性肾病的管理,做到早筛查、早诊断、早治疗,从源头减少尿毒症患者,更好地为肾

病患者的健康提供医疗保障。

据悉,为方便腹膜透析患者,更好地满足患者家庭护理服务需求,株洲市腹膜透析规范化诊疗中心已开展“线上申请、线下服务”的互联网+护理的智慧模式,为患者提供自动化腹膜透析机操作指导、腹膜透析出口换药、更换腹膜透析外接短管、静脉采血、皮下及肌肉注射等护理上门服务项目。目前,株洲已有近200位患者居家接受腹膜透析。有需要的患者和家属,可直接搜索小程序“格尔护士”,预约挂号。

慢性肾病患者成倍增长

专家呼吁市民关注肾脏健康

朱洁 宋玺

肾病被称为“沉默的杀手”,早期可能没有任何症状。有些患者,第一次来医院就诊就是尿毒症了。“我们看到太多令人遗憾的病例,株洲市民一定要高度关注自己的肾脏。”市中心医院肾内科主任彭清丰呼吁。

数据显示,从位于河东的市一医院到现在位于河西的市中心医院,医院肾内科8年时间里,由原来只有28个床位、30台血透机,增至现在的65张床位、90台血透机。“尽管如此,我们的床位、设备依然供不应求。这是肾内科医生很愿意看到的。”而随着老龄化,以及国家医保等政策的日益优化,彭清丰预测,未来10年肾病患者还会成倍增加。

她介绍,虽然目前医学对引起慢性肾病的机制不是很清楚,但可以明确的是糖尿病、高血压、高尿酸血症、肥胖以及不良生活方式是可以引起慢性肾脏疾病的。

去年,该科接收了一名16岁的花季少女。当时她体检被发现高尿酸血症,尿酸高至600多微摩尔每升,肾功能受损。“这个孩子平常从不喝水,只喝饮料!还习惯高糖高盐高热量饮食……幸运的是,病情被及时发现,肾脏受损尚没到不可逆的地步。”彭清丰介绍,通过改变生活习惯,进行一系列调理,病人最终得以健康出院。

还有个36岁的年轻妈妈,透析已有两年。这位患者孕期发现蛋白尿,但因为不了解、不重视,耽误了治疗时机,等到确诊已是尿毒症。

彭清丰建议市民重视体检,尤其是需要高度关注尿常规、肾功能以及肾脏B超的结果,做到慢性肾脏病早期筛查、早期诊断、早期治疗,避免或者尽可能延缓尿毒症的发生。同时,她还通过本期健康周刊向全体株洲市民科普肾脏健康的注意事项。

肾脏健康的注意事项

1. 积极喝水

水作为生命之源,在肾脏保养的过程中所起到的作用是非常关键的。如果饮水量过少导致代谢垃圾无法顺利排出,会增加诱发肾脏疾病的风险。

所以在平时生活中,人们一定要注意积极补水,当然也不能喝得过多。一般情况下,每日的饮水量保持在1500毫升-2000毫升即可,但肾功能明显受损的除外。

2. 谨慎服药

“是药三分毒”,这是因为大多数药品在治病的同时也会产生一些毒副作用,给肾脏健康造成伤害。

所以在平时生活中,对于用药大家一定要格外谨慎,尽量在

医师指导下选择药品。千万不要自己胡乱服药或长期过量服用保健品,这些做法是非常相当危险的。时间长了,有可能会引发严重的肝、肾疾病。

3. 避免“三高”

规律作息,科学饮食,合理运动,避免“三高”,控制好体重。数据显示,糖尿病患者是尿毒症的最大“后备军”。维持正常的血糖、血压、血脂、体重,也是呵护好我们的肾脏。

4. 观察尿液

为及时获知肾脏状态是否良好,可多观察自己的尿液,如果尿液的颜色、大量的泡泡、起夜次数多,有尿频、尿痛等情况,以及有浮肿、乏力等症状,务必要提高警惕,及时就医。

居家腹膜透析注意事项

1. 保持居家透析环境清洁,注意个人卫生。设置单独的房间行腹膜透析治疗,减少人员走动,保持室内空气对流,每日紫外线灯消毒,放置腹透所需物品的桌面每日用含氯消毒液擦拭至少两次,保持房间干净整洁。做好个人卫生,每次操作前严格执行七步洗手法,遵循换液严格遵循无菌操作技术。透析液需用恒温袋加热至37摄氏度,接近人体的温度,减少对腹膜的刺激。

2. 固定腹膜透析导管,做好腹膜透析隧道出口的护理。避免导管弯曲,勿用力牵拉导管,妥善固定。避免用力咳嗽,诱发腹膜透析导管移位。每日注意检查出口处皮肤有无红、肿、热、痛、渗液、结

痂,若发现渗液,及时更换敷料,出口处消毒时将导管轻轻拉起,用0.5%碘伏由内向外消毒,消毒范围的直径≥15厘米。淋浴时可用一次性塑料布罩住透析管的皮肤出口,将其包扎好。淋浴结束后保持出口处皮肤清洁干燥。

3. 认真仔细学习腹膜透析的相关理论和操作知识,尽可能地扫除知识盲点,减少心理障碍。摆正心态,保持情绪稳定,树立战胜疾病的信心。在身体承受范围内适当康复锻炼,如散步、慢跑、打太极等。

4. 准确记录每日超滤量,在家仔细观察透析液的颜色。注意观察引流出的透析液是否有颗粒、絮状物、变色或者浑浊,如有腹痛等情况发生要及时就医。

关注肾脏健康

享受美好生活

