

## مراقبت از فیستول

**فیستول شریانی وریدی:** این روش دسترسی به کمک جراحی (معمولا در ساعد) به وسیله اتصال یک شریان به یک ورید حاصل می شود. این دسترسی قبل از آن که استفاده شود برای آماده شدن به زمان (حدود 2 تا 3 ماه) نیاز دارد. بیمار تشویق می شود که با انجام دادن تمرین هایی ابعاد عروق مربوطه را افزایش دهد (به طور مثال فشردن یک توپ لاستیکی برای فیستول ساعد)، تا فیستول توانایی پذیرش سوزن هایی با قطر بالا را داشته باشد. این نوع دسترسی بیشترین زمان مفید مورد استفاده را دارد و بهترین گزینه برای دسترسی عروقی در مورد بیماران است که به همودیالیز مزمن نیاز دارند.



## مراقبت از فیستول :

1. تا چند ساعت بعد از دیالیز برای پرهیز از ایجاد عفونت حمام نکنید
2. روی دست فیستول دار خود نخوابید
3. دست فیستول دار شب ها بالاتر از سطح بدن قرار گیرد
4. از بی حرکتی دائم دست فیستول دار بپرهیزید
5. از خوردن داروهای پایین آورنده فشار خون بدون مشورت با پزشک خودداری کنید
6. از ورود ضربه به دست عمل شده جلوگیری نمایید
7. از بکار بردن تیغ برای زدودن مو از عضو بپرهیزید و از کندن پوسته های زخم خودداری کنید

8. محل سوزن ها از نظر خونریزی و قرمزی پوست کنترل کنید
9. از دراز کشیدن، چرخیدن روی اندام فیستول دار، پوشیدن لباس تنگ یا داشتن دستبند و ساعت در آن دست، پرهیز کنید
10. پرهیز از حمل یا بلند نمودن اجسام سنگین با دست فیستول دار (حداکثر 2 کیلو گرم)
11. بعد از اتمام دیالیز و پس از خروج سوزن ها روی محل با دست به مدت 20-15 دقیقه فشار آورید تا احتمال خونریزی کاهش یابد
12. برای نرم شدن پوست ناحیه سوزن ها می توان از پماد ویتامین آ+د استفاده کرد
13. نمونه خون گرفتن، یا رگ گرفتن از دست فیستول دار ممنوع است
14. از دست فیستول دار فشار خون گرفتن ممنوع است
15. پس از فیستول گذاری، ورزش های دست (باز و بسته کردن مشت، فشردن یک تکه خمیر در دست فیستول دار) حتما بطور متناوب انجام شود
16. با لمس فیستول فعال، لرزشی در زیر دست خود احساس می کنید (کم شدن یا قطع لرزش به منزله ایجاد مشکل در فیستول است که باید حتما جراح مراجعه نمایید)
17. پس از فیستول گذاری، تا حد امکان از افت فشار خون یا ضربه خوردن ناحیه فیستول اجتناب شود
18. گاه فیستول دچار آنوریسم می شود. یعنی در یک ناحیه به شدت برجسته و پر خون می گردد. که خطر پارگی و خونریزی دارد و حتما باید آن را به جراح نشان داد. مخصوصا اگر پوست روی آن نازک باشد
19. از پرستار درخواست کنید تا جای سوزن ها را بطور چرخشی در جلسات دیالیز تغییر دهد. این کار عمر فیستول را بیشتر کرده، خطر ایجاد آنوریسم را کاهش می دهد
20. ورزش های مناسب برای برجسته شدن عروق فیستول: دست را پایین تر از قفسه سینه قرار دهید. خمیر یا توپی قابل ارتجاع را در دست گرفته و با فشار آنرا باز و بسته نمایید . 20 بار تکرار کرده و سپس استراحت کنید مجددا چندین بار دیگر مورد فوق را انجام دهید تا 5 بار
21. عمر فیستول 7-10 سال است. ولی شرط رعایت نکات عنوان شده الزامی است

## سحر شاه وردی

### واحد آموزش و پیگیری بیمار

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات: 03834259101-18

واحد آموزش و پیگیری بیمار: طبقه دوم - داخلی 221