

مقدمه

برای انجام دیالیز باید راه مناسبی برای دسترسی به عروق خونی وجود داشته باشد که با روش جراحی ایجاد می شود. این راه دسترسی ممکن است دائم یا موقتی باشد. فیستول شریانی وریدی و گرافت (کورتکس) از راه های دائمی دسترسی به عروق می باشند.

فیستول شریانی وریدی

بهترین روش دسترسی دائم به عروق خونی در دیالیز طولانی مدت خصوصا در بیماران نارسایی مزمن کلیه، فیستول می باشد. که در این روش بین ورید و شریان پیوند برقرار می کنند. فیستول ۵-۷ سال و حتی گاهی تا ۱۰ سال هم قابل استفاده می باشد.

با اتصال بین سرخرگ و سیاهرگ در ناحیه مچ دست یا آرنج، فیستول ایجاد می شود. با انجام این عمل، سیاهرگ های دست برجسته شده و پر خون می شود و با سوزن زدن به خوبی می توان به جریان خون مورد نظر برای دیالیز دست یافت.

فیستول معمولا در دست غیر غالب (معمولا دست چپ در افراد راست دست) ایجاد می گردد. پس از جراحی ایجاد فیستول، معمولا بین ۸-۴ هفته (گاهی تا ۱۲ هفته) زمان لازم است تا فیستول:

- قطر کافی پیدا کند
- دیواره اش ضخیم تر شود.
- جریان خون بالا در آن برقرار شود.

تا زمان بلوغ فیستول (آماده شدن فیستول) از کاتتر موقت (مثلا در گردن) برای دیالیز استفاده می شود که برای چند هفته تا چند ماه قابل استفاده می باشند و نیازمند مراقبت دقیق جهت پیشگیری از عفونت می باشند.

خطرات استفاده زود هنگام از فیستول

- پارگی یا خونریزی شدید
- تشکیل لخته خون و انسداد
- عدم کفایت دیالیز به دلیل جریان ناکافی
- خونریزی زیر جلدی و کبودی
- عفونت و از بین رفتن فیستول

ورزش های تقویت دست برای رشد بهتر فیستول

زمان شروع ورزش: ۱ تا ۲ روز پس از جراحی با مشورت پزشک، در صورت درد و تورم یا قرمزی، تا بهبود علائم صبر کنید.

۱- تمرین با توپ اسفنجی یا توپ استرس (از توپ خیلی سفت استفاده نکنید که به رگ فشار وارد نشود).

۲- حرکت خم و باز کردن مچ دست

۳- بالا بردن دست و نگه داشتن آن به مدت ۶۰-۳۰ ثانیه

۴- چرخش مچ و ساعد

۵- استفاده از وزنه سبک (نیم تا یک کیلوگرمی و یا بطری آب) پس از گذشت چند هفته با تایید پزشک

مراقبت های روزانه از فیستول

قبل و بعد از دیالیز:

- محل فیستول را با آب گرم و صابون ملایم بشویید.
- از خراشیدن، فشار دادن یا وارد کردن ضربه به ناحیه فیستول خودداری کنید.
- لباس تنگ یا ساعت و زیور آلات روی فیستول نپوشید.

بررسی روزانه در خانه:

- لرزش (thrill) را با دست لمس کنید.
- صدا (bruit) را با گوشی پزشکی اگر دارید گوش دهید.
- هر گونه کاهش یا قطع لرزش ، نشانه مشکل است.

کارهایی که نباید انجام دهید

- گرفتن فشار خون از دست فیستول
- تزریق یا خون گیری از دست فیستول
- پوشیدن لباس تنگ یا ساعت
- بلند کردن اجسام سنگین
- خوابیدن روی دست فیستول
- حمام بسیار داغ، سونا یا بخار





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی آذربایجان غربی



مراقبت از فیستول

واحد آموزش سلامت



۰۴۴- ۴۴۲۲۲۲۴۳

۱۴۰۴

سوالات رایج

آیا می توانم از دست فیستول دار استفاده کنم؟

- بله، برای فعالیت های روزمره (نوشتن، غذا خوردن، کار سبک) اما برای کارهای سنگین یا مداوم خیر.



نکته مهم

فیستول خط زندگی بیمار دیالیزی است.

مراقبت صحیح از آن، کیفیت زندگی شما را بالا می برد و از نیاز به جراحی های مکرر جلوگیری می کند.

متبع:

Davita/MedlinePlus/Nephrocare/NHS Cambridge

علائم هشدار دهنده

اگر هر یک از این علائم را دیدید، فوراً به مرکز دیالیز یا اورژانس مراجعه کنید:

- قطع لرزش یا صدا
- تورم، قرمزی یا درد در محل
- خونریزی مکرر یا شدید
- کبودی گسترده یا ترشح چرکی

هنگام بروز خونریزی

- با گاز استریل و فشار مستقیم خونریزی را متوقف کنید.
- بازو را بالا نگه دارید
- اگر خونریزی بیش از چند دقیقه ادامه یافت یا شدید بود فوراً به اورژانس مراجعه کنید

تغذیه و سبک زندگی برای محافظت از فیستول

- آب کافی بنوشید (با مشورت پزشک)
- از سیگار و الکل بپرهیزید (باعث تنگی رگ ها می شود).
- کنترل دقیق فشار خون و دیابت داشته باشید.
- فعالیت های ملایم و ورزش منظم به بهبود گردش خون کمک می کند.

