

如何识别和处理透析过程中常见的并发症？

张 洁

大竹县人民医院肾病内科 635100

【中图分类号】R459.5

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2024) 08-088-01

透析是许多慢性肾功能衰竭患者日常生活中不可缺少的一部分，它帮助清除体内的毒素和多余的水，让身体维持正常运作。尽管透析治疗大大提高了患者的生活质量，也有助于延长寿命，但透析过程中也可能会遇到一些常见的并发症。了解并掌握这些并发症的识别和处理方法，不仅对患者有很大的帮助，也能让家属在陪伴和护理中更加从容应对。

透析过程中，低血压是较为常见的一种情况。患者可能会感觉头晕、心悸、乏力，甚至出现恶心、呕吐等症状。这通常是由于体内液体迅速被排出，血容量相对减少所导致的。面对这种情况，患者和家属可以观察其身体表现，如面色苍白、出冷汗等，并及时告知医护人员。医护人员通常会调整透析参数，适当减少液体抽取速率，同时让患者平躺休息，适量补充生理盐水以恢复血压的稳定。

另一种较常见的并发症是肌肉痉挛，特别是在腿部。痉挛发生时，患者会感到肌肉紧绷，难以放松，甚至疼痛难忍。这同样与体内电解质变化和液体抽取速率有关。为缓解痉挛，患者可以尝试轻轻按摩痉挛部位，伸展被痉挛拉紧的肌肉。家属在一旁可以给予温暖和支持，协助其放松身心。如果痉挛频发，建议与医生讨论是否需要调整透析方案或增加适当的电解质补充。

透析过程中还可能出现透析失衡综合征，特别是在刚开始进行透析的早期阶段。这种综合征可能带来头痛、恶心、呕吐、眩晕等不适感。其发生的主要原因是体内水、电解质和毒素的迅速变化所引起。当出现类似症状时，可以通过调整透析时间或者减少每次透析的速度来缓解。患者也可以利用分散注意力的方法，如听音乐、看书等，减轻不适感。

感染是透析过程中不可忽视的一个问题，特别是在透析穿刺部位和透析机器的接口处。患者和家属需要密切关注透析穿刺部位的状况，如果发现局部红肿、疼痛或有分泌物流出，应马上联系医护人员进行处理。保持皮肤清洁和干燥、医护人员无菌操作，对于预防感染有重要作用。家属在日常生活应鼓励患者重视个人卫生，避免用手直接触碰透析穿刺处，避免搔抓皮肤导致皮损。

贫血也是透析病人常见的一种并发症，透析过程中发生

凝血或者出血会加重贫血的状态。贫血的症状包括头晕、乏力、心悸、面色苍白等。患者应定期进行血液检查，监测血红蛋白水平，避免出现透析凝血和消化道出血等。家属可以关注患者的饮食，鼓励食用富含铁元素的食物如红肉、鱼类和绿叶蔬菜。必要时，医生可能会建议使用补铁剂或促红细胞生成素来缓解贫血情况。

心血管问题在透析患者中也较为常见，如胸痛、心悸等。透析过程中，心率和血压的波动可能会引发心血管不适。患者和家属应了解基本的心血管症状识别，如果患者出现持续性的胸痛或心悸，必须立即告知透析中心的专业人员进行评估。定期进行心电图检查和血液检查，有助于监测心血管健康。

心理压力也是透析过程中不可忽视的一部分。由于长期需要依赖透析，患者可能会感到焦虑、抑郁或沮丧。心理支持在这个时候显得尤为重要。家属可以多与患者交流，倾听他们的感受，并且陪伴他们进行一些轻松的活动，如散步、阅读或观看喜欢的电视节目，帮助减轻心理负担。如果情况严重，寻求心理咨询师的帮助也是一个不错的选择。

饮食管理在透析过程中至关重要，因为透析无法完全替代肾脏功能，患者需要通过饮食来辅助维持身体的平衡。家属可以帮助制定适合的饮食计划，减少摄入高钾、高磷和高盐的食物，同时增加优质蛋白质的摄入，以支持身体的修复和免疫功能。每一种食物的选择都要顾及患者的具体病情和营养需求，因此可以考虑向营养师咨询，以制定个性化的饮食方案。

透析过程中还需注意的是水分摄入。虽然透析可以帮助排除体内多余的水分，但不正确的水分摄入仍然可能导致浮肿、高血压等问题。家属可以帮助患者记录每日的出入量，并鼓励其均衡分配饮水时间，以免在短时间内过量摄入。

整体来看，透析过程中的常见并发症和护理方法，需要患者和家属的密切配合。通过共同学习和了解相关知识，密切关注身体变化，及时与医护人员沟通，可以有效预防和处理这些并发症。患者和家属的积极互动不仅能够提高护理质量，还能增强患者的信心和心理健康。保持乐观的心态和科学的护理方法，将有助于透析患者获得更好的生活质量和健康状态。

(上接第 87 页)

加大型集会或室内游乐活动。(2) 远程学习或工作：如果条件允许，考虑让孩子暂时参与线上学习，减少校园内的暴露风险。

(五) 监测健康状况

(1) 日常监测：留意孩子是否有发热、咳嗽、乏力等呼吸道感染症状，一旦出现，及时居家隔离并咨询医生。(2) 及时就医：若怀疑感染肺炎支原体，应尽快就医，遵医嘱进行治疗，切勿自行用药。

(六) 接种疫苗

(1) 接种计划内疫苗：尽管目前没有直接针对肺炎支原体的疫苗，但按时完成计划免疫，如流感疫苗，可以减少并发症风险。(2) 关注新疫苗进展：关注医学界关于肺炎支原体疫苗的最新研究进展，适时接种。

(七) 教育与沟通

(1) 健康教育：向孩子解释基本的卫生知识和传染病预防措施，培养良好的卫生习惯。(2) 心理支持：保持与孩子的良好沟通，减轻因疫情可能带来的焦虑和恐惧情绪。