

是時候由我掌控自行扎針了嗎？

Is it Time to Take Charge of My Own Needles?



適合「自行扎針」的有哪些人？

並不是人人都適合「自行扎針」，也不是每種血管通道均可以這樣做。但對於許多人來說，這是一個絕佳的選擇。

「自行扎針」成功的要訣：

- 有意願進行自行扎針或有護理人員或助手願意扎針。
- 沒有手顫、能夠拿穩刺針。
- 手指觸覺敏銳。
- 視力良好。
- 良好的個人衛生（預防感染）。

何謂在瘻管「自行扎針」？

「自行扎針」是指您自己把透析用的刺針插入您的瘻管。如果您自己無法執行，則可以由護理人員或是助理來協助您。

「自行扎針」的好處有哪些？

- 您可以控制誰來扎針。
- 許多病人都表示，反而受到較少壓力和痛楚。
- 較少發生扎針失準、血液滲浸（因刺針穿越瘻管壁而形成腫脹）和血腫（皮下流血）。這是因為您可以體會到瘻管內外的情況。
- 自行扎針仍可能有辦法執行－即使有些瘻管不能用其他方式扎針（例如：瘻管十分短小或瘻管的扎針位置有限等原因）。
- 您可以選擇在獨立的透析中心或家中接受透析。

請記住，如果自行扎針恰當，您的受益最大！

自行扎針有哪些不同方式？

有兩種方法可扎針入瘻管：

1. 「繩梯穿刺法」

「繩梯穿刺法」是扎針入瘻管的其中一種方法。每次選擇在不同位置上扎針（即「輪流使用不同針位」），需使用尖針。

對於容易插入的瘻管，則適合使用「繩梯穿刺法」。這種方法很少會造成感染。

2. 「鈕孔穿刺法」

「鈕孔穿刺法」是將刺針插入瘻管的一種方法。它主要以選擇兩個穿刺位置（每個穿針有一個位置）取代輪替穿刺位置的方式，並持續使用。穿刺時，刺針被放在完全相同的位置，以及完全相同的角度。經過大約8至18次後，疤痕組織在刺針周圍形成一個通道－就如打耳洞一般。此通道有助於引導刺針扎入瘻管。

一旦鈕孔通道形成，便可使用特製的鈍針，這種方法一般較易於插入刺針。

對於較難插入的瘻管，「鈕孔穿刺法」十分適用。使用這種穿刺法，雖具較高風險造成感染，但受到感染的機率仍屬微小。

如果您覺得您可能適合自行扎針，那麼下一步應怎麼做？

向您的腎臟科醫生或護士諮詢，是否自行扎針法可能適合您。

逐步培養並接受自行扎針的概念：

- 觀看他人自行扎針的情況。
- 當別人替您扎針時，觀看扎針的情況，即使您最初只能望一眼。然後試著在每次扎針時，練習觀看多一點時間。
- 如果您從未在完成治療時，按壓著扎針位置，應該開始嘗試這樣做。
- 詢問醫護人員可否讓您試著拿針，以習慣手上拿針的感覺。
- 當您覺得已經準備妥當，可以請醫護人員教導您更多扎針的相關資訊。

到哪裡可以解更多關於自行扎針的相關訊息？

居家透析中心網站

- 透析病人比爾·佩克漢 (Bill Peckham) 使用鈕孔穿刺法技術進行自行插管
www.youtube.com/watch?v=37W0h5Cobdk

卑詩省腎臟機構居家透析病人手冊

- www.bcrenalagency.ca ► Health Info ► Home Hemodialysis ► Resources for Current Patients