

## 透析病人口渴護理指導

### 一、造成透析病人口渴原因：

透析病人由於腎臟功能喪失，無法排除體內多餘的水分，唾液流量低，易刺激口咽接受器，引發口渴反應，對這些病人而言，水分攝取的限制使得他們無法藉由「多喝水」來解除渴的感受。

### 二、透析病人口渴護理指導：

1. 每日測量體日，以固定容器裝一日飲水量：前一天尿量+500-700cc 的水份分次使用，使兩次透析間體重控制能小於理想體重 5%為原則。
2. 維持口腔衛生，可每兩小時漱口一次，最好每次進食後都用柔軟牙刷刷牙。
3. 以開水潤唇、漱口，飲水時採小口分次吞嚥或酌量含服冰塊，嚼無糖口香糖或無糖糖果等，促進唾液分泌。
4. 選擇食材時避免加工品及高鈉食品如：香腸、臘肉、罐頭類等醃製食品，建議可依個人喜好以胡椒、檸檬、香草、蔥、薑、蒜、取代食鹽調味，以滿足病人限水、限鹽所引發的需求。
5. 食物中含有水份，如：水果 90%，肉類 60%，類澱粉質 30%，應該計算在每日飲水量中。
6. 良好的飲食控制，蛋白質、鹽量攝取合宜，可減少體內含氮物質、電解質的增加，較不會口渴。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康