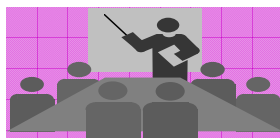




臺灣腎臟護理學會會訊

發行人：鄒海月 總編輯：江慧珠 主編：王春葉 秘書：何慈雯、周郁潔
 發行所：臺灣腎臟護理學會 行政院新聞局出版事業登記證 局版北字誌字第 2122 號
 出版址：台北市南京西路 6 號 7 樓 電話：02-25651932、25651910 傳真：02-25651932
 網 站：www.tnna.org.tw 電子郵件：nnaroc67@giga.net.tw tnnanew@ms51.hinet.net

會務動態



理事長的話

鄒海月

各位會員，大家好！

最近許多人都感冒了！根據疾病管制局發佈，台灣流感高峰期仍將持續，呼籲符合條件的民眾儘速接種流感疫苗。除了流感以外，衛生署愛滋病防治委員會也公佈台灣至二月止，感染人類免疫缺乏病毒者共 7720 人，其中毒品施用者感染愛滋病毒增加率高達六倍，而去年新增人數亦首次破千，若無適當防止策略，我國疫情將面臨由毒品施用者快速擴散到一般大眾群體的爆炸性成長。

另也有資料顯示，台灣地區 2002 年全年肺結核通報總數已達 2526 人，肺結核發生率為每十萬人口達 7460 人，也有逐年上升趨勢。從以上幾則訊息讓我們瞭解各種傳染病正對全國國民的健康造成嚴重的威脅。

大家都知道我們所照護的腎臟病患大多數是免疫力較弱的一群，更是屬於傳染病的高危險群，所以我們無論是在照護血液透析、腹膜透析或腎臟移植、慢性腎臟病患者時，應對病患作定期的查檢及例行的評估，以期早期發現傳染性疾病，及早治療。另外，我們在工作中亦應嚴格遵守標準防護作業，採取適當預防空氣、飛沫或血液、體液感染的防護措施，以避免發生交互感染的危險。各位工作夥伴們，讓我們共同提高警覺防止傳染病的蔓延，保護病人，也保護我們自己。祝 大家平安！

交流小站

秘書處

一、感謝

1. 王念慈贊助壹佰元整。
2. 秦建民贊助貳仟元整。
3. 郭美純贊助參佰元整。
4. 台灣費森尤斯醫藥股份有限公司贊助貳萬伍仟元整。
5. 百特醫療產品股份有限公司贊助壹萬元整。
6. 佳特健康事業股份有限公司贊助壹萬元整。
7. 香港商安馨股份有限公司台灣分公司贊助壹萬元整。
8. 華江醫療儀器股份有限公司贊助伍仟元整。

各委員會訊息

資訊會訊委員會

- 一、會訊明年將轉為電子報型態發行，請各位會員儘快申請電子信箱，以便日後收發電子報。

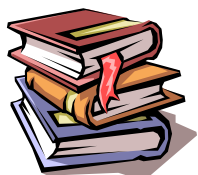
雜誌委員會

- 一、「臺灣腎臟護理學會雜誌」自 94 年起，出刊時間暫訂為每年之六月及十二月
- 二、凡學會之「活動會員」皆享有每年贈閱兩期雜誌的權利喔！為避免重複贈閱「臺灣腎臟護理學會雜誌」，學會雜誌自明年第四卷第一期起贈閱對象如下：
 1. 已繳交當年常年會費之活動會員、
 2. 各護理相關學校圖書館、
 3. 相關學會、
 4. 廠商、
 5. 區域級以上醫院圖書館、
 6. 國外相關機構

其餘需要雜誌者，採單本購買方式出售，每本二百元，若欲購買，請填寫雜誌最後一頁之劃撥單到郵局劃撥即可。若造成任何不便，敬請見諒！

本期的內容有簡略講解長期透析患者皮膚搔癢症的衛教，另有護理人員協助病患接受透析事實之文章，期能對您在臨床護理方面有所助益。

邁入 E 時代，資訊化在生活層面的應用越來越廣，帶給我們相當多的便利。因此，隨著此時代潮流趨勢，明年度學會將把出版了近八年的紙本會訊改由電子報形式發行。為方便您收取電子報，首要條件是您需有一個電子信箱，如沒有電子信箱者，本期內容將有詳細介紹申請之方法。最後是未來會訊、網站的主題及研習會舉辦的時間表，以期讓您了解學會及網站所做的相關計畫安排。



長期透析患者 皮膚搔癢之護理與衛教

高雄長庚紀念醫院 血液透析室 蘇淑芬
腎臟科 陳靖博

〈前言〉

對透析患者來說，皮膚搔癢是他們揮之不去的夢魘，也是很難治癒的尿毒合併症，因為尿毒就是造成搔癢症的一個很重要的原因（謝，1999）；而且大部份的尿毒症患者幾乎都有皮膚搔癢的經驗，有的是全身性的，有的是局部性的，還有的是長期性的、短期性或突發性的，如何減輕病患的搔癢狀況，除了醫師的診斷治療外，護理人員的照護與衛教也是非常重要的。

〈皮膚搔癢的原因〉

皮膚搔癢的原因是多重的，而搔癢的部位與癢的程度也各有差異，常見的原因如下：

1. 皮膚乾燥或乾燥症：

透析時間的長短會影響患者的皮膚濕潤及脂質程度，因此長期透析患者皮膚會更乾燥而導致癢的情況發生，另一方面根據文獻報告指出年紀愈大愈易患有搔癢症（林，1999）。

2. 副甲狀腺素過高：

有文獻報告指出經副甲狀腺切除的病人，可以減輕搔癢的狀況，但無直接的證據證實副甲狀腺素過高與搔癢症有關聯（謝、林，1999）。

3. 電解質不平衡：

長期血中鈣與磷的偏高易造成皮下沉著而引起搔癢症，所以鈣與磷的乘積該低於 55 以下，但也不可過低，至少也要大於 40 以上（Chou, Ho, Huang, C, & Sheen-Chen, 2000）。

4. 維生素 A 代謝異常：

因維生素 A 由皮膚表皮代謝，所以維生素 A 濃度高時容易造成皮膚搔癢（謝，1999）。

5. 周邊神經病變：

在尿毒搔癢症的患者皮膚上做切片檢查，可發現神經纖維有異常狀況，而且病患也有手腳麻刺的症狀產生，因此懷疑周邊神經病變也與尿毒搔癢有關聯（謝，1999；Schwartz & Iaina, 1999; Mettang & Pauli-Megnus, 2000）。

6. 鐵缺乏：

因鐵缺乏而造成貧血對部分透析病人會造成皮膚搔癢的問題（謝，1999）。

7. 組織胺：

肥大細胞遭破壞時就會釋放組織胺，組織胺的釋放會促成皮膚癢的產生，所以血中組織胺的過高和肥大細胞數目增加，就容易發生尿毒搔癢症（謝，1999）。

8. 和透析有關的搔癢原因：

- (1) 透析不足（Schwartz et al., 2000）。
- (2) 過敏反應和過敏原：可能產生過敏的物質包括「肝素、碘劑、消毒劑、人工腎臟、管路的材質、膠帶」等等（謝，1999）。
- (3) 藥物的副作用。

〈皮膚搔癢的治療〉

治療尿毒性搔癢症，必須先了解患者的疾病史、臨床的症狀及抽血檢查的報告等，先將病因找出後，才能依照搔癢的程度及原因加以治療，治療的方法可分為下列數種：

1. 一般療法：

- (1) 局部療法：當皮膚乾燥時，使用皮膚潤滑劑，局部搔癢時可使用類固醇軟膏（Chou et al., 2000）。
- (2) 因生物不相容性而產生過敏反應者：可使用 gamma ray 消毒的人工腎臟。
- (3) 針灸療法（謝，1999）。
- (4) 肝素過敏：可以使用低分子量肝素。

2. 足夠的透析：

充分的透析，可以將體內的毒素排除乾淨，避免尿毒堆積造成尿毒搔癢症（Schwaytz et al., 1999; Bregman, Dougirdas, & Ing, 2000）。

3. 照光治療：

紫外線 A 或紫外 B，一般來說使用紫外線 A 的治療較紫外線 B 的治療安全，因紫外線 B 較易發生皮膚癌（謝，1999；Bregman et al., 2000）。

4. 副甲狀腺切除：

因為副甲狀腺素過高而引起的搔癢症，在切除副甲狀腺之後，搔癢的情況都可獲得極大的改善。

5. 鐵劑的補充。

6. 藥物的治療：

- (1) Diphenhydramine (Vena)。
- (2) Lidocaine：可由靜脈滴注。
- (3) Oral charcoal：由腸胃道給予（謝，1999；Chou et al., 2000）。
- (4) Kelotifen：穩定肥大細胞。
- (5) EPO：有報告可以降低透析病人的搔癢（謝，1999）。
- (6) Capsaicin：Capsaicin 是一種自然的生物鹼，它可以治療疼痛和搔癢。

《皮膚搔癢的護理與衛教》

皮膚的搔癢症在透析中心，幾乎是病人最常見的主訴之一，而且也是醫護人員搖頭嘆息且甚感難以處理的問題，它並非是致命的合併症，但是目前為止仍無有效的根治方法，所以唯有靠平日的細心照護與保養，方可避免與減輕皮膚搔癢症的發生（Chou et al., 2000）。

★護理與衛教方面，我們可由下列幾著手：

1. 詢問病患的病史、生活習慣、癢的部位、觀察皮膚的外觀等等，進而了解病患造成搔癢的主因，並予以衛教。
2. 衛教病患注意居家與身體的清潔，良好的生活習慣可以減少搔癢發生的機會。
3. 洗澡時不可用太熱的水及避免使用不適當的清潔用品（Chou et al., 2000）。
4. 洗完澡或皮膚尚未乾燥時，馬上擦潤膚油（Chou et al., 2000）。
5. 皮膚癢時勿用手抓，可擦潤膚油、乳液等，或用棉棒代替手抓，以免抓破皮造成感染。
6. 透析時可用低溫透析，減少癢的發生。
7. 局部的癢，可冰敷降低癢的程度。
8. 透析時若對酒精消毒過敏時，可用碘劑替換。
9. 衛教病人磷結合劑需遵守醫囑按時服藥，並注意鈣、磷的平衡。
10. 衛教糖尿病患者需長期監控血糖，良好血糖的控制，才可避免搔癢的發生（Chou et al., 2000）。

《結論》

搔癢症對初期透析的病人來說較難以體會，因為剛開始透析時有較多的不適症狀引起病患的注意，若非很嚴重的搔癢，一般病患通常不會去注意它，但透析一段時間後，其他症狀逐漸減輕，病患開始查覺到搔癢症的存在，且持續困擾他們時。

這些難以忍受的搔癢問題，會影響病患的生活與情緒，他們往往也要承受搔癢療效不佳的挫折感。搔癢症的照護是醫療上的一大挑戰，國內少有文獻針對 ESRD 搔癢的評估方法做有系統性的統整，並建立搔癢的治療與護理標準，希望藉以上所述能引起透析護理工作人員深入探討此問題，並努力為病患減輕搔癢所帶來的不適。

《參考資料》

- 謝日耀（1999）·透析手冊·高雄：長年。
- 林杰樑（1999）·透析治療患者保健手冊·台北：宏欣。
- Schwartz, I. F., & Iaina, A. (1999). Uremic pruritus Nephrol Dialy Transplant, 14, 834-839.
- M de., Sequera P., Ochando A., Andrea C., & Caramelo C. (1999). Uremic pruritus: an unresolved problem in hemodialysis patients Nephron, 82, 73-74.
- Chou, F. F., Ho, J. C., Huang, S. C., & Sheen-Chen, S., M. (2000). A study on pruritus after parathyroidectomy for secondary hyperparathyroidism. Journal of the American College of Surgeons, 190, 65-70.
- Mettang, T., & Pauli-Megnus, C. (2000). The pathophysiological puzzle of uremic pruritus-insights and speculations from therapeutic and epidemiological studies. Peritoneal Dialysis International, 20, 493-494.
- Bregman H., Dougirdas, J. T., & Ing, T. S. (2000). Handbook of dialysis. New York: Philadelphia.
- Kyriazis, J., Glotsos, J. (2000). Dialysate calcium concentration of ≤ 1.25 mmol/l: is it. Effective in suppressing uremic pruritus? Nephron, 84, 85-86.

腎臟護理學會 94 年度最新研習會計畫

- ★腎臟保健與養身研習會(中醫)
北—6/12、中—6/19、南—6/26
- ★CAPD 護理研習會(只辦一場)：南—7/24
- ★透析病患安全指引研習會(只辦半天)
北—8/14、中—8/21、南—8/28
- ★透析通路新趨勢研習會
北—10/16、中—10/23、南—10/30
- ★行政研習會(只辦一場)：12/18

備註：上課時間可能會因場地租借及講師聯繫後而有所變動，一切以實際發文為主，但原則上以上述時間為第一選擇。



護理人員應如何協助病患 面對及接受透析事實

高雄醫學大學附設醫院腎臟內科
腎臟衛教護理師 王淑麗

依行政院衛生署調查，在民國 92 年腎臟病已躍居台灣十大死亡原因的第八位。近年來，隨著社會環境之變遷，以及因糖尿病和濫用藥物，如止痛藥、來路不明藥物等引起腎衰竭的病例逐漸增加，透析的人口亦逐年增加。國內每年末期腎衰竭疾病之新發生率約有 6 千人，已成了威脅國人健康之重大慢性病。

事實上當病人知道罹患慢性腎衰竭時，我們常常會聽到這些話：「醫生，是不是檢查錯了，我又沒有吃什麼東西，為什麼會得到這種病呢？真倒楣。」「我平常也沒有不舒服的症狀，為什麼一下子就這麼嚴重呢？」「是不是以後一定要洗腎呢？如果是這樣，那倒不如讓我死了算了。」

慢性腎衰竭是指腎功能逐漸衰退，可能在短時間內或持續好幾年的時間慢慢喪失，最後將會完全失去功能且無法恢復。所以當病人知道罹患腎衰竭時，往往都會有以上的疑問，但幾乎每個人都是往壞的方向去想，不是責備自己，就是怪東怪西，怨天尤人。罹患腎衰竭的病人，常常會感到焦慮及憂慮，甚至會以消極的態度去面對往後的人生。

其實腎臟病的病人通常會面對很多的無知，也就是對疾病和透析的不瞭解以及恐懼身體上的不適等等。種種的無知，使得他們對人生充滿了恐懼感及憂鬱。故在臨床上常見病人拒絕接受透析，非要一直到各種併發症（肺積水、心衰竭...）發生時，才不得不接受透析，這不僅僅會增加病患死亡率，更會提高社會醫療成本的支出。因此當護理人員在面對需接受首次透次之病患時，首先應該要評估病患的需要，並且提供資訊和病患家屬討論，引導病人適應疾病。

以下幾點建議可供護理人員在面對首次透析病患時參考：

- 一、了解病患拒絕接受透析原因，並適度同理其憤怒情緒，引導說出內心的擔憂及害怕。慢性病患的情緒會因病情之改變而隨之起伏，出現沮喪、憤怒是可以理解的，因此情緒上適度的發洩也是有必要的
- 二、提供透析相關知識並且充分詳細解說，以降低恐懼，澄清對疾病及治療的誤解。
- 三、家人、醫療人員及病友的支持是很重要的，尤其家人更是主要的社會支持來源，因此在教育病患同時，家屬也應參與其中。鼓勵參加透析腎友座談會，經由腎友經驗分享，使其了解每個人的心路歷程；透過支持與鼓勵，讓他知道有那麼多的夥伴陪著他，自己並非孤軍奮戰的。

四、在開始面臨透析時，護理人員能夠給予患者支持及鼓勵，讓他能夠向腎臟疾病挑戰，爭取健康與生命。

慢性腎衰竭是一種慢性疾病，需長期接受透析治療，當患者被診斷需接受透析時，這時病患所承受的壓力是多方面的，有時甚至會因不良的情緒而走上自殺一途，這時要是能適時給予支持以及鼓勵，引導患者順利接受透析治療，可以使得病患早日回歸社會，維持患者良好的生活品質。



免費申請電子信箱教學

腎臟護理學會
資訊會訊委員會整理

各位會員大家好：

今年學會在網站方面，將全面更新，提供會員線上登錄、查詢研習會學分、電子報訂閱、各項費用繳交記錄查詢等功能。

原來的充電小站將轉型，以蒐集相關主題連結的方式，協助會員獲得第一手消息，且不定期張貼介紹文章，並透過各主題討論版的設置，提供會員意見交流空間。

另外，除了網站改版，本學會為因應時代潮流的資訊化，自 95 年起停止出版紙本會訊，改發行電子報，電子報將發送到您的電子信箱，如果您還沒有電子信箱，請儘快申請，才能如期收到學會的電子報喔！

如果您不知道如何申請免費的電子信箱也沒關係！請看下面「申請免費電子信箱步驟」，它會協助您申請，申請過程中若遇到任何問題可來電學會洽詢。

申請免費電子信箱步驟如下：

★本示範以「YAHOO 奇摩」網站為例：

- 一、啟動電腦並確定電腦連上網路（以電話撥接或 ADSL 寬頻）
- 二、開啟 IE 瀏覽器（Internet Explorer），在 IE 網址列輸入 www.yahoo.com.tw 進入 YAHOO 奇摩網站首頁（其他供免費信箱之網站如：
www.pchome.com.tw、www.sina.com.tw、www.yam.com.tw 等）
- 三、用滑鼠點選首頁右上角「信箱」之圖示，即可進入電子信箱之歡迎畫面。

請接下頁

- 四、在畫面左下角「立即註冊」上面點一下，可進入註冊頁面。
- 五、註冊前，YAHOO 網站會要求您先簽署「申請同意書」，請詳讀內容後選擇「接受」或「不接受」。（選擇「不接受」者，無法繼續註冊及享該網站之會員服務。）
- 六、點選「接受」後，請照網站提示之申請步驟完成免費信箱的申請（帳號、密碼只能以英文或數字代表，請看網站之說明）
- 七、完成所有申請步驟後，YAHOO 將提供您 250MB 的免費信箱！

步驟四：點「開始」下載。



如何使用 MSN?

腎臟護理學會
資訊會訊委員會整理

步驟一：首先請上 MSN 的首頁網站下載 MSN 的軟體
MSN 網址：<http://www.msn.com.tw>

申請 MSN 時請記得要先有電子信箱喔。若不知如何申請免費電子信箱，可參閱本期會訊 (P4) 內「申請免費電子信箱教學」。


步驟二：進入 MSN 網站後，點選右邊 MSN Messenger，即可進入下載的網頁。



步驟三：請點選「立即下載」，進入下載的頁面！



步驟五：

- 1.接著會出現「A」開始執行下載的畫面。（請見下頁）
- 2.若您的電腦沒有出現 A 之畫面，請點「B」，以手動的方式下載
- 3.將 MSN 的軟體儲存在您想要存的地方，下載完成後，請執行 Messenger 安裝程式。（執行方式：在下載好的 MSN 軟體，如圖， 上面點兩下，接著做步驟六）



步驟六：選「下一步」



★ 步驟七~十一：請見第六頁！

步驟七：選「我同意使用規定和隱私權聲明」，接著按「下一步」、「下一步」....直到安裝完成。



步驟八、安裝完成



步驟九：完成安裝後將看到下面之圖表示，請點登入！



步驟十：點「登入」出現 NET Message Service 畫面後，第一次使用 MSN 者，請點「取得 NET Passport」，已取得過 NET Passport 者請直接在電子郵件地址和密碼中填入資料後按確定，即可登入。



步驟十一：點「取得 NET Passport」後，請按下一步...直到出現以下畫面，輸入您的電子郵件及密碼，按下一步直到完成，就可以回到步驟九，開始使用 MSN 了！



資訊會訊委員會 94 年度工作計劃表

本年度會訊和網站暫規劃出以下主題，期望藉此能提供讓會員們能獲得更多新知及臨床經驗分享與交流。若您對任何議題有興趣，或者希望學會為您提供任何資訊或服務，都歡迎您提供寶貴意見給我們，讓學會更了解您的需要。來信請以電子郵件寄到學會信箱：nnaroc67@giga.net.tw 或 tnnanew@ms51.hinet.net

會訊

時間	主題
94 年 5 月	1.介紹 PCHOME 線上通訊軟體-Skype 2.勞保退休制度選擇介紹
94 年 8 月	1.ARF 的介紹 2.PCK 的介紹
94 年 11 月	1.個人理財 2.會訊回顧-紙版停止改為電子報之心得

網站

專業課題	1. CKD 2.大陸換腎注意事項 3.感染控制方法-疥瘡
新藥材或藥品	1.Inohep 2.含鐵的磷結合劑
輕鬆小集	1.人格特質分析
人物專訪	1.北榮專訪 2.中區人物專訪 3.專訪高醫 4.馮英鳳--存活分析的應用
透析食譜	1.用大豆設計食譜
新知介紹	1.魚油 2.B 肝、C 肝疫苗介紹 3.健康食品-Glucosamin
小兵立大功	1.污水（或針頭）處理方法 2.增加工作效率、減少感染之討論分享。
其他	1.病人辨識方法（用藥安全） 2.洗手台的安全與清潔（預防感控）