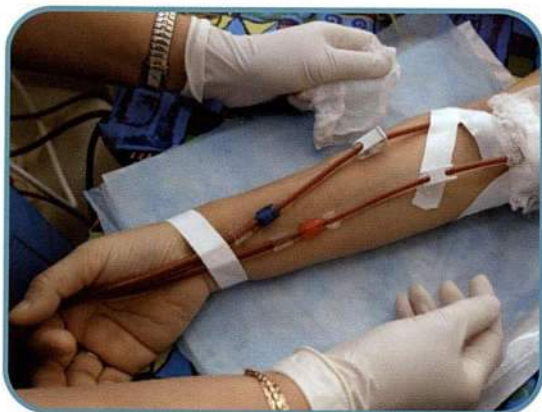


فیستول و مراقبت‌های آن



ورزش‌های مناسب برای برجسته شدن عروق فیستول

- ۱- چهار، پنج روز بعد از جراحی باید ورزش‌ها شروع شود.
- ۲- دست را پایین‌تر از قفسه سینه قرار دهید.
- ۳- خمیر یا تویی قابل ارتجاع را در دست گرفته و با فشار آن را باز و بسته نمایید. این کار را ۲۰ بار تکرار کرده و سپس استراحت نمایید و دوباره تا ۵ دوره این حرکت را انجام دهید که پس از چند روز بهتر است از یک وسیله پلاستیکی قابل انعطاف (دستکش لاتکس) را در بالای عضوی که فیستول دارد ببندید به طوری که چندان سفت نباشد و مانع گردش خون نشود، پس از یک دقیقه آن را باز کنید این کار به آماده سازی فیستول برای ورزش کمک می‌کند.
- ورزش دیگر به صورت باز و بسته کردن سریع یک گیره به مدت ۵ دقیقه و شش بار در روز است.
- همچنین می‌توانید دست خود را کاملاً باز نمایید و انگشت وسط و شست را به طور مرتب به هم نزدیک نمایید. این کار را به مدت ۵ دقیقه و شش بار در روز ادامه دهید.

Reference:

Handbook of Dialysis (2015). John T.Dougirdas, Peter G. Blake, Todd S. Ing, Wolters Kluwer Health. 2015

چه مراقبت‌هایی پس از گذاشتن فیستول لازم است؟

- از آنجا که فیستول برای بیمار همودیالیزی بسیار حیاتی است مراقبت از آن مهم است. بنابراین:
- ۱- محل فیستول تازه را از نظر خونریزی، قرمزی، تورم، تغییر رنگ و وجود درد را بررسی نمایید.
 - ۲- وجود علائم تب و لرز را به پزشک اطلاع دهید.
 - ۳- دقت نمایید که شایع‌ترین عارضه‌ای که باعث از بین رفتن فیستول می‌شود کاهش فشار خون، تنگی فیستول و عفونت است. بنابراین به نکات زیر توجه شود:
- ۱- روی دست فیستول دار خود نخوابید.
 - ۲- دست فیستول دار شب‌ها بالاتر از سطح بدن قرار گیرد.
 - ۳- از بستن دست بند، مچ بند، ساعت و پوشیدن لباس آستین بلند خودداری نمایید.
 - ۴- از بی‌حرکتی دائم دست فیستول دار بپرهیزید.
 - ۵- از خوردن داروهای پایین آورنده فشار خون بدون مشورت با پزشک خودداری نمایید.
 - ۶- از حمل وسایل سنگین و ورود ضربه به دستی که عمل جراحی روی آن انجام شده جلوگیری نمایید.
 - ۷- از به کار بردن تیغ برای زدودن موی دست بپرهیزید و از کندن پوسته‌های زخم خودداری کنید.
 - ۸- از دست فیستول دار خود برای اندازه‌گیری فشارخون، خون‌گیری و تزریقات استفاده نکنید.

فیستول شریانی-وریدی چیست؟

برای ایجاد فیستول: یک سرخرگ و یک سیاهرگ مجاور را از پهلو یا از انتها به هم پیوند می‌زنند. در نتیجه جدار سیاهرگ اتساع پیدا کرده و پر خون می‌شود و به این ترتیب برای دیالیز مناسب می‌شود.

چرا در بعضی از بیماران همودیالیزی فیستول کار گذاشته می‌شود؟

به منظور دستیابی به جریان خون بیشتر این کار انجام می‌شود زیرا در هر دقیقه همودیالیز ۲۵۰-۴۰۰ سی سی خون از بدن بیمار خارج و پس از تصفیه بازگردانده می‌شود. سیاهرگ‌های معمولی ما قادر به ایجاد چنین جریان خونی نیستند.

پس با اتصال یک سرخرگ به سیاهرگ، خون شریانی که فشار بیشتری دارد وارد سیاهرگ شده و مقدار خون مورد نیاز از آن دریافت می‌گردد.

چگونه فیستول گذاری انجام می‌شود؟

در افراد راست دست از دست چپ و در افراد چپ دست از دست راست برای فیستول گذاری استفاده می‌شود. پس از بی‌حسی موضعی دست مورد نظر، در ناحیه مچ دست و یا آرنج برشی به طول تقریبی ۲ تا ۳ سانتی‌متر داده می‌شود و سرخرگ و سیاهرگ قسمت مزبور به یکدیگر متصل می‌شوند. در پایان، محل برش بخیه زده و بانسمان می‌شود.

پس از ۱۵ روز بخیه‌ها کشیده می‌شود و حداقل حدود ۴۰ تا ۲۵ روز پس از کار گذاشتن فیستول، پس از تأیید پزشک و پرستار دیالیز، در صورت مناسب بودن جریان خون فیستول، می‌توان از آن برای همودیالیز استفاده کرد. لازم است بدانید که در افراد دیابتی این مدت طولانی‌تر می‌شود.

