

前言

肾脏非常重要，但有时会出现功能障碍。肾功能突然下降被称之为急性肾脏衰竭，通常持续时间很短，需要短期治疗。在大多数情况下，肾脏功能会在数年间逐渐恶化，这被称之为慢性肾脏衰竭。最终肾脏会永久性停止工作，当肾功能只剩下大约10%时，患者就需要透析或肾移植了。

透析可以清除血液中的废物和多余液体。您可以在家中或透析中心接受透析。腹膜透析可以在家中实施，而血液透析可以在家中或透析中心实施。

肾移植是将来自活体或尸体供者的一个肾脏移植到患者体内。要接受肾移植，患者的一般健康状况要达到一定要求。医生会告诉您肾移植是否适合您。详情请参阅《肾移植》介绍。

如果您年老体弱，保守治疗可能更适合您。保守疗法是通过药物治疗和限制饮食和液体摄入延长肾脏功能。保守疗法是当肾脏彻底停止工作时顺应自然来治疗。详情请参阅《保守护理——一种治疗选择》介绍。

家中腹膜透析

如果情况允许，最好是选择在家中透析。腹膜透析可以在家中自己完成，经过培训的家人可以提供帮助。在家中透析需要短期培训，您的医疗小组会替您安排。腹膜透析分日间袋式（CAPD）和夜间循环式（APD）两种。

接受腹膜透析时的生活方式

选择透析方式时要结合诸如健康状况和生活方式等因素。您要与医疗小组和家人讨论每种透析方式的优缺点。如果选择腹膜透析，许多人会先采取CAPD方法，一旦身体适应透析后，将在6至8周改为APD方法。

腹膜透析有许多益处，包括：

- 只需少许准备工作即可自由旅行
- 在家中灵活透析
- 可控制生活方式
- 方法简单，大多数人只需一周时间即可掌握
- 大多数人无需饮食限制，只需轻度液体限制
- 您可以锻炼和从事体育活动，但在游泳时要格外小心
- 可以继续工作
- 所有透析设备都会免费送到家

腹膜透析利用腹膜为过滤器在体内完成，因为腹膜血液供应充足。腹膜透析利用腹膜将血液中的废物和多余液体过滤出去。使用一根特殊导管将透析液引入和引出腹膜腔。采用腹膜透析时，透析液会始终留在体内，不断清洁血液。



日间袋式 (CAPD)

通常每天更换四次，每次更换时要连接一袋新透析液，导出陈旧液体，引入新液体。每次透析大约需时 30 分钟，如果采取适当预防措施，几乎可以在任何地点实施。透析间隙可以自由从事日常活动。



夜间睡觉时，您可以长时间休息。透析通常在醒来时、午餐时、休息时、茶点时和睡觉前进行。在比较繁忙的日子还有一定的灵活性。

日间袋式透析利用重力，将引流袋放在地面水平，以便液体流出体外。将新透析液升高至肩部水平，新透析液会流入腹膜腔内。

夜间循环式 (APD)

夜间循环式透析通过一个叫循环机的设备完成液体交换。每天晚上需要将导管连接至循环机上。在您睡觉期间，循环机通过数次交换将透析液引入和引出体内。夜间循环式透析每晚都要进行，大约需时 8 至 10 小时。在白天时，透析液通常会置留在体内继续透析。详情请参阅《腹膜透析》介绍。



血液透析 - 在家中或透析中心

您可以在家中自己进行血液透析，如果无法在家中进行也可以在透析中心由护士为您实施透析。血液通过血液透析机上的一个特殊透析器得以清洁。

血液透析时的生活方式

- 在透析中心接受血液透析时，您需要在固定时间前往中心三次，每次大约6小时。每次都要前往透析中心。
- 在家中接受血液透析时，您可以与您的医疗小组设定自己的透析时间表，在白天或夜间接受透析。对某些人来说，这种掌控和灵活性非常重要，但并非所有人都需要这样做。
- 在家中接受血液透析时，可多透析几小时，以便改善健康。对许多人来说确实可以改善生活质量。
- 接受血液透析时，除非在透析机上多透析数小时，否则要限制饮食和液体。
- 在休假期间，您需要预约另外一个透析诊所。
- 前往透析中心的费用需要自理。在家中接受血液透析时，大部分费用可以报销。您的水电费也许会增加，但会有某些补助。在家中透析通常是更便宜的选择。



如何建立血管通路？

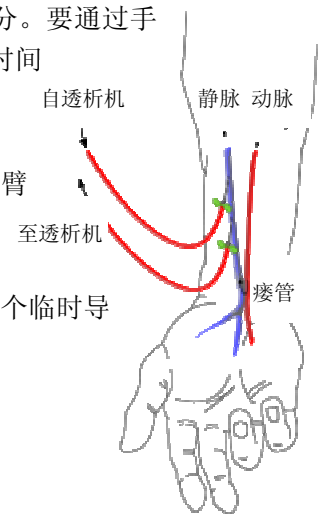
接受血液透析时需要建立血管通路，以便从血液中清除废物和多余的水分。要通过手术开出血管通路。手术通常可以作为日间手术处理，可能需要2个月的时间才能让通路‘长成’适用于透析。

血管通路共有三种：

瘘管：这是将动脉与静脉相连，静脉被扩大，即形成瘘管。通常在下臂或上臂，有时也在腿部。透析时针头要插入瘘管中。

人工血管：这是在动脉和静脉之间连接一段人工血管。

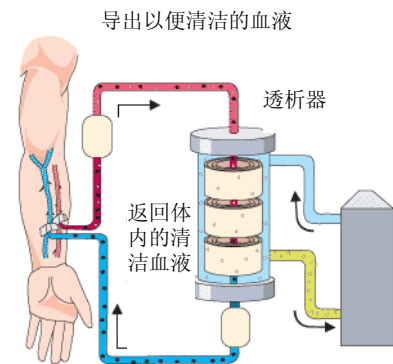
导管：导管通常是在瘘管或人工血管可以使用之前插入大静脉内的一个临时导管。导管可立即使用。



您需要小心护理血管通路，注意卫生有助于防止感染。

血液透析如何进行？

在血液透析时，血液流经一个叫“透析器”的特殊过滤器，被清洁后返回体内。透析器上有许多微小纤维（管道），每个纤维壁上都有微孔。一种称为透析液的特殊液体清洗纤维，身体不再需要的多余水分和废物经纤维孔流入透析液。清洁后的血液则返回体内，透析液则流入下水道中。



如何获得家中血液透析培训？

如果您选择在家中进行的血液透析，需要连接特殊管线，透析机和所有耗材都会为您提供。您需要在6至8周内前往透析中心学习如何自己管理血液透析。也可以培训您的配偶帮助您透析。但许多人都自己透析。详情请参阅《家中血液透析》介绍。

在中心（医院或附属诊所）透析是不是最佳选择？

您的居家环境或健康状况可能意味着您需要护士的帮助才能完成每次透析治疗。附属透析中心常常设在社区内，有工作人员帮助您。需要立即接受专科治疗的人通常需要在医院透析。工作人员会为您安排定期透析时间表。通常可以在日间或夜间透析。详情请参阅《血液透析——一种治疗选择》介绍。

保守护理

如果肾衰竭患者决定透析和肾移植均不适合，则可选择保守护理。对于许多人来说，这是因为他们身体非常虚弱，不愿意接受复杂的治疗。某些人是已经做过一段时间的复杂治疗，希望停下来。许多人已经因为肾脏衰竭而变得虚弱，接受或不接受透析对他们的寿命没有什么区别。



保守护理意味着医务人员仍继续监测和支持您的护理，您可能要服用药物和限制饮食，以便改善生活质量。但是，保守护理并不会在肾脏彻底衰竭时以人工方法延长您的寿命。这也叫支持性护理，而且可能需要姑息护理小组的帮助。

如果您决定接受保守治疗该做些什么？

首先要与家人和主要医疗人员讨论您的选择。如果你们都能彼此理解且相互配合，您可以确保在肾脏彻底衰竭之前获得最佳生活质量。您最好安排好您的身后之事，例如：



- 留下遗嘱
- 考虑拟订医务授权书
- 考虑拟订晚期护理指示
- 列出财务记录清单，如银行账户、房地产和保险单等
- 提供可以帮助处理您遗产的人的联系方式，如律师、会计师和遗嘱执行人等
- 告诉他人您的葬礼选择

姑息护理及临终关怀的作用

姑息护理小组是帮助您控制疼痛和症状的医生和护士专业人员。接受姑息护理不会缩短您的寿命，但可能会改善您的生活质量。即使您选择了透析或肾移植，您也可以为了控制症状去见姑息护理小组。

肾衰竭症状包括皮肤瘙痒、双腿多动和全身疼痛。姑息护理小组可以帮助您和家人，使您尽可能独立、舒适地生活。某些人去见姑息护理小组很多年，即使在接受透析治疗。对于许多人来说，接受姑息护理也会让他们更安详地离开人世。

希望了解详细信息？

在您选择治疗方式之前，接受治疗团队的培训非常重要。《更好地利用就医》介绍中有许多宝贵提示，告诉您可以问医生哪些问题。您了解的内容越多，就越容易做出知情治疗决定。

欲详细了解肾脏健康或此主题，请联系澳大利亚肾脏健康协会：肾脏健康热线（免费电话）：1800 4 KIDNEY（1800 4 543 639）或访问网站www.kidney.org.au。

2012 年 11 月编制

本文旨在一般性介绍此主题，不替代医生或医务人员的建议。编制此文时已竭尽全力以保证所含信息满足读者需要并适用于澳大利亚各州情况。请注意，澳大利亚肾脏健康协会知道，每位患者的情况各不相同。由于患者情况、医务人员和所在州的不同，每位患者的治疗和管理工作的各不相同。如果需要了解详情，请一定要咨询医生或医务人员。

如果您有耳聋或听力障碍或言语障碍，请联系 National Relay Service（全国中继服务），网址为 www.relayservice.com.au：

- TTY 用户电话 1800 555 677，然后要求转接 1800 454 363
- Speak and Listen（语音中继服务）用户电话 1800 555 727，然后要求转接 1800 454 363
- 互联网中继用户 www.relayservice.com.au - “Make an internet relay call now”，然后要求转接 1800 454 363