

# 血液透析病人 抽筋照護



## 自我評量(是非題)

- ( ) 1. 常見引起抽筋的原因有脫水量過多。
- ( ) 2. 設定標準體重太低會有抽筋的症狀。
- ( ) 3. 透析中抽筋跟兩次透析間體重增加大於5%沒有關係。

請寫下您的問題：

### 參考資料：

黃琳貴、劉月敏、潘美卉(2023)。探討血液透析病人身體症狀困擾、睡眠品質與生活品質之相關性。臺灣腎臟護理學會雜誌，22(1)，69-81。

許詠棠、柳硯文、李文欽、黃惠勇、蔡明諺(2021)。中醫對於末期腎病變透析患者之現況、挑戰、與運用。中西整合醫學雜誌，23(1)，12-27。

制定日期：2006年10月

修訂日期：2024年3月(第九版)

編碼：5641-單張-中文-009-09

X	O	○	昱翹
ε	乙	↓	皓皓

血液透析室·護理部製作

諮詢專線：(04) 7238595 轉 7391

諮詢專線服務時間

週一至週六 8：00-23：00

讚美專線：(04) 7238595 轉 3920

抱怨專線：(04) 7238595 轉 3925

腎臟科網址：[//www.cch.org.tw/nephro](http://www.cch.org.tw/nephro)



彰化基督教醫療財團法人

彰化基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

衛教單張



當您感到焦慮無助時，鼓勵您說出來，我們將陪伴您尋求相關支援及身心靈支持。

## 一、什麼是抽筋？

抽筋就是肌肉痙攣，它是因為肌肉產生不自主強直收縮。抽筋時，肌肉會變硬、會有劇痛感，處理不當時、會造成肌肉的損傷，一般常見於下肢，也有人發生在腹肌或手指。

## 二、引起抽筋的原因：

1. 過多的脫水量，致使滲透壓急速的改變。
2. 透析病人血鈣偏低。
3. 低血液容積、低血壓(設定標準體重太低)。
4. 低血鈉。
5. 組織缺氧。



## 三、抽筋時的緊急處理方式：

1. 暫停脫水、調降透析血流速度，先維持血壓穩定。
2. 可以局部按摩及伸展肌肉，以減輕不適症狀。

## 四、抽筋的預防：

1. 需要時，依醫囑按時服用鈣片。
2. 均衡飲食，避免低血鈉或低血鈣。
3. 調整適當的標準體重。
4. 水分控制適當，兩次透析間增加體重勿超過標準體重之5%。
5. 如果兩次透析間增加體重，未超過標準體重之5%，透析中仍有抽筋情形，可以請醫師評估開緩解抽筋之藥物服用。
6. 減少透析中低血壓。
7. 透析中避免脫水過多，以避免低血壓及抽筋的發生。
8. 需要時，依醫囑透析中使用氧氣。

