

## 血液透析體重測量衛教

所謂乾體重，指病人身上沒有蓄積水份，沒有四肢水腫及肺水腫，且平常血壓正常時的體重即稱為乾體重（標準體重）。乾體重會隨身體狀況的改變而增加或減少。

什麼時麼會增加？常吃得飽，睡得好，心情愉快的時候，體重會增加，此時會發現透析結束時會有耳鳴、頭暈、口乾舌燥、胸悶、血壓下降等情形發生，這就表示您發胖了。

但當感冒或其他身體不適，食慾不振，心情不佳，晚上睡不著時，就有可能體重減輕，若未適時調整體重會容易積水、水腫、呼吸喘情形，所以需適時評估自己。

如何測量體重？

- (1)坐上體重計之前，先確認體重計指示器是否歸零。
- (2)每次測量時身上所穿的衣物重量不要懸殊太大。
- (3)鞋子等身上附加物品要脫下。
- (4)身體坐穩坐墊。
- (5)體重計指示數值要正確讀出，看不清楚的要託人代讀或寫上便條紙。
- (6)每次洗前、洗後需確實告知護理人員，以便有助於醫生對於乾重的評估。

體重增加的標準，一天增加重量以不超過一公斤較佳，每次透析間體重最好只增加乾體重的 5%

桃新凡事用心  聯新國際醫院 桃新分院 對您無限關心

總機：03-3325678

預約專線：03-3326161