



Jak dobrze dbać o swoją przetokę tętniczo-żylną?

Przetoka tętniczo-żylna jest Twoją „linią życia” – dzięki niej możliwe są regularne zabiegi dializy. Wymaga ona jednak stałej uwagi i właściwej pielęgnacji. Jednym z najważniejszych zagadnień bezpieczeństwa jest umiejętność szybkiego reagowania w przypadku krwawienia. Choć poważne krwotoki zdarzają się rzadko, każda osoba dializowana powinna wiedzieć, jak postępować w takiej sytuacji.

Poniżej znajdziesz praktyczne instrukcje postępowania oraz wskazówki dotyczące codziennej ochrony przetoki, szczególnie w okresie letnich upałów.

Postępowanie w przypadku intensywnego krwotoku z przetoki

Jeśli zauważysz silne krwawienie z okolicy przetoki tętniczo-żylną, działaj szybko i zdecydowanie.

Zlokalizuj miejsce krwawienia

Najczęściej jest to punkt po wkłuciu igły dializacyjnej. Nie zwlekaj – każda sekunda ma znaczenie.

Przygotuj materiał do ucisku

Użyj do tamowania krwawienia czystej, twardej nakrętki bez ostrych krawędzi z plastikowej butelki.

Przyłóż nakrętkę do miejsca krwawienia

Umieść ją bezpośrednio na krwawiącym miejscu, wieczkiem skierowanym do góry.



Zastosuj ucisk

Dociśnij nakrętkę z wyczuciem, ale zdecydowanie, tak aby skutecznie zahamować krwawienie. Ucisk powinien być stały i stabilny.

Zabezpiecz ucisk

Utrzymaj nakrętkę w miejscu – możesz poprosić drugą osobę o pomoc lub samodzielnie stabilizować ucisk, jeśli to możliwe.

Natychmiast wezwij pomoc medyczną

Niezależnie od tego, czy krwawienie ustąpiło, koniecznie:

- udaj się na SOR lub
- wezwij pogotowie ratunkowe, dzwoniąc pod numer 999 lub 112.

Na kolejnej dializie koniecznie zgłoś zaistniałą sytuację personelowi stacji dializ

Nie czekaj na rozwój sytuacji – szybka reakcja jest kluczowa!

Jak dbać o przetokę tętniczo-żylną na co dzień – szczególnie latem

Wysokie temperatury, zwiększona potliwość i odwodnienie mogą wpływać na stan Twojego dostępu naczyniowego. Latem warto szczególnie zadbać o przetokę.

Codzienna pielęgnacja:

- Dbaj o higienę kończyny z przetoką – myj ją delikatnie wodą z mydłem.
- Oglądaj przetokę każdego dnia: zwróć uwagę na zaczerwienienie, obrzęk, ból lub wycieki.
- Sprawdzaj, czy wyczuwasz tzw. „drżenie” („szum” przetoki) – jego brak wymaga pilnego kontaktu z personelem medycznym.
- Unikaj ucisku: nie śpij na ręce z przetoką, nie noś ciasnych zegarków ani opasek.
- Nie pozwalaj na pobieranie krwi ani mierzenie ciśnienia na kończynie z przetoką.
- Nie drap i nie uciskaj miejsca wkłuć po igłach.
- Unikaj urazów mechanicznych (uderzeń, zadrapań, przeciążeń).

W czasie upałów szczególnie pamiętaj o:

- Nawodnieniu organizmu w granicach zaleceń lekarskich – nie doprowadzaj do odwodnienia, ale też nie przekraczaj limitów płynów.
- Ochronie przed przegrzaniem – unikaj długiego przebywania na słońcu.
- Higienie skóry – pot może zwiększać ryzyko infekcji, dlatego utrzymuj skórę wokół przetoki w czystości i suchości.
- Uważnej obserwacji przetoki – w upały łatwiej o spadki ciśnienia i zaburzenia przepływu.

Pamiętaj!

Przetoka to Twoje kluczowe połączenie z leczeniem dializacyjnym. Szybkie rozpoznanie problemu i właściwe działania mogą uratować zdrowie, a nawet życie.

W razie jakichkolwiek wątpliwości zawsze skontaktuj się z personelem medycznym stacji dializ.

Dbaj o siebie – ze szczególną troską w gorące dni!

Odwiedź nas!



www.davita.pl

facebook.com/DaVitaPolska

