



玉里

二月二十二日

血液透析室團體衛教 腎友營養把關

玉里慈濟醫院血液透析室啟用後舉辦首場團體衛教，二月二十二日，林宛萱護理師自製大海報，提醒腎友注意日常生活飲食來達到「均衡營養」，一問一答中瞭解腎友們的問題。

年節剛過，腎友進行抽血檢驗，很多人的報告顯示鉀跟磷都偏高。要控制好高鉀跟高磷，首先要從調整生活飲食

開始，林宛萱護理師準備均衡營養衛教，提醒腎友如何攝取正確五穀根莖、水果、蔬菜、蛋白質的份量。

洗腎近十年的郭大哥問：「為什麼不可以吃香蕉？」林宛萱護理師說因為香蕉是高鉀類水果，非常不適合正在接受透析的病人，賴銘峰護理師也提醒：「郭大哥你知道鉀離子太高會怎麼樣？心跳會異常心律不整，嚴重可能會引發心臟疾病」。另一位腎友金大哥問：「要補充蛋白質的話，山羌可以吃幾隻？」透析室內的護理人員被金大哥的問題逗得哈哈大笑。林宛萱護理師提醒，要補充蛋白質，可以吃烹煮方便性最高的水煮蛋，但注意不要吃蛋黃，高磷會造



二月二十二日，玉里慈濟醫院血液透析室舉辦首場團體衛教，提醒腎友控制生活飲食達到「均衡營養」。

成更大的負擔。逐床測驗小知識，有舉手發問的腎友，王明雄護理師都送上糖尿病人可以喝的補給營養品。

玉里慈院血液透析室例行的透析治療，與腎友一起努力維持穩定的狀況。透過手作衛教宣導海報，提醒腎友在透析階段、日常生活飲食，依照醫師指示用藥是維持穩定的根源，期待下一次腎友的抽血數據都很漂亮！未來朝向固定每月舉辦一次衛教，把關腎友營養均衡。
(文、攝影／張汶毓)



林宛萱護理師準備均衡營養衛教，提醒腎友如何攝取正確五穀根莖、水果、蔬菜、蛋白質的份量。



衛教課程結束後，照護團隊逐床測驗腎友相關健康小知識。