

(一) 何謂水分的控制

1. 應養成每天量體重的習慣。



取自 <https://tinyurl.com/y6tojn0s>

2. 兩次洗腎之間體重以不超過
3 公斤，或不超過標準體重的
5%為原則。

3. 水分的攝取量根據個人每日
尿量、出汗量、運動量和季
節的不同來做調整。

4. 食物含水量（如下表）

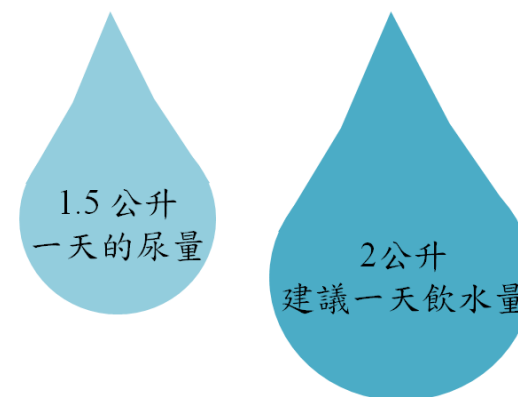
食物種類	含水量
水果	90%
肉類	60%
糖類與澱粉	30%



取自 <https://tinyurl.com/yykr9cd7>

(二) 如何控制水份：

1. 每日的水分攝取量建議為
24 小時尿量加 500cc 的水。



2. 喝熱水比冷水解渴，水中加
幾滴檸檬或口含冰塊濕潤。
冬天可用護脣膏滋潤嘴唇。



取自 <http://www.jituwang.com/tuku/201308/324095.html>

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！

參考資料：

小川洋史(2021)·血液透析手冊(蔡岳熹譯；初版)·合記
(原著出版於 2018)

歐春鶯、謝易玲、黃小倩(2021)·提升長期血液透析病人
水份控制合格率之專案·台大護理雜誌，17(1)，183-195。

血液透析病人 水分的控制



取自 <https://tinyurl.com/y58jhwgo>

高雄榮民總醫院屏東分院
護理部關心您
電話：08-7704115 轉 81827

2015.08.28 訂定

2021.09.28 三修