

《醫學人生》執業醫生與您分享醫學、人生與愛的故事，逢週一刊登

不少患末期腎衰竭的病者需要接受長期血液透析治療，俗稱「洗血」；特別是那些因為各種原因不適合接受腹膜透析（俗稱「洗肚」）治療的病者。一般要求病者每星期兩至三次在日間到洗腎中心洗血。近年醫管局致力推廣家居夜間血液透析培訓服務，鼓勵腎友隔晚在家中洗血。此等家居血液透析的培訓期一般約有三個月之久，比培訓腹膜透析平均不需一週的時間長得多。學成後，病者需要每隔一晚便在家中睡覺時洗血。病者臨睡前須預備洗血的多個步驟，然後才入睡。一覺醒來時，便已完成洗血療程；可以開始一天正常的生活，不需每星期犧牲兩至三天在日間洗血。由於每週洗腎的總時間較長，體內毒素積聚較少，精神也會比較好。有臨床證據顯示此等治療可減少心臟方面的併發症，達致更好的臨床效果，好讓病者能隨時接受腎臟移植，以期達致更全面的康復。

我們身體每天基於新陳代謝而產生各種廢物之餘，內心也會衍生不少負面情緒及思維，同樣有待我們及早把它們處理掉。具體的方法可能是早上到公園安靜晨運，讓內心被大自然的靈氣洗滌；也可以是晚飯後和伴侶在河畔散步聊天，細說一天的經歷，抒發心中的鬱悶。不然，負面情緒可以在我們內心逐漸發酵，直到不可收拾的地步，危害我們身心健康。新約聖經以弗所書4章26節說：「生氣卻不要犯罪；含怒不可到日落。」鼓勵我們不要拖延處理內心負面的情緒，更不要積壓人際關係中的衝突而不處理。這些都與家居血液透析一樣，自省、安靜和良好溝通需要透過長期努力學習、修為方能達成。恆常的自省和檢討必然有助於為我們的人生建立堅實穩固的基礎，讓我們有力量面對人生各種挑戰。一如家居血液透析，為腎友身體健康打好基礎，達致全面的康復。

有容/腎病科

\*經文引用《聖經新譯本》



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》  
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契  
The Christian Medical and  
Dental Fellowship of Hong Kong