

手上的“生命线”： 如何护理静脉通路

◎德保县人民医院 黄丽美

在医疗剧中，我们常常看到护士在患者手背上熟练地寻找血管、进行输液的场景。这看似简单的操作，实则建立了一条至关重要的“生命线”——静脉通路。对于需要长期输液、化疗、输血、营养支持或抗生素治疗的患者而言，这条“生命线”是确保治疗顺利进行、维持生命健康的关键所在。

人体静脉系统如交通网络，将血液送回心脏。借静脉给药，药物能速达全身发挥药效。急救时，紧急药物经其快速输送可争分夺秒挽救生命；慢性病治疗中，持续补液也靠它。但若静脉通路因穿刺、炎症等出现问题，会增加患者痛苦、延误治疗、加大操作难度，故长期治疗者要护好它。

常见类型有4种

在临床治疗中，静脉通路是保障药物有效输注、营养及时供给的关键通道，不同类型的静脉通路各有特点，适用于不同治疗需求与场景。

外周静脉短导管（普通留置针）：这是最为普遍的静脉通路形式，通常放置在上臂、手背的浅表静脉。它的优点是操作简便，对患者造成的创伤小。然而，其保留时间相对较短，一般仅为3~4天。而且，对于血管刺激性较大的药物，如某些化疗药，容易引起静脉炎。

中心静脉导管（CVC）：这种导管较长，会被置入颈部、胸部或大腿根部的大静脉，如颈内静脉、锁骨下静脉，尖端直达靠近心脏的大静脉。它适合输注高浓度、高刺激性的药物，像化疗药、肠外营养液等，可保留数周时间。

经外周静脉置入中心静脉导管

（PICC）：PICC堪称一种“两全其美”的方案。它通常从手臂的肘部静脉置入，导管尖端同样到达中心大静脉。既能输注刺激性药物，保留时间又很长，可达数月甚至1年。并且，置入和拔除相对简单，无需手术，是长期治疗患者的理想选择。

输液港（Port）：输液港是完全埋藏在皮下的一个“小港口”，由注射座和导管组成。导管连接中心静脉，需要输液时，用特殊针头刺入皮肤下的注射座即可。它不影响患者的日常生活，如洗澡、游泳等，感染风险低，可长期甚至终身使用。

精心护理是关键

无论使用的是哪种静脉通路，精心的护理都是保证其畅通无阻、预防并发症（如感染、血栓、堵塞）的关键。

普通留置针护理：静脉通路护理要细致入微、全面到位。保持敷料干燥清洁，洗澡用防水套或保鲜膜包裹，弄湿及时通知护士更换；避免置管侧手臂剧烈活动，不提重物、不做大幅动作，预防针头滑脱与血管刺激；密切观察穿刺点及敷料、导管状况，有红肿热痛、渗血渗液、回血等不适，立刻呼叫医护；切勿自行调节输液速度或触碰调节器。

PICC或输液港患者（出院后居家护理）：使用PICC导管或输液港的患者，居家护理要细致入微。严格遵守维护周期，PICC每7天、输液港每4周找专业护士维护，不可逾期；加强个人卫生，维护前后认真洗手、保持置管处清洁。穿衣选宽松棉质，穿脱先置管侧；活动适度，置管侧避免用力动作与游泳盆浴；敏锐观察身体，有发烧、肿胀疼痛等异常，立即联系医护。

健康习惯别忽视

即使目前不需要静脉治疗，保持血管健康对每个人来说也极为重要。

多喝水：每日保证足量饮水，可降低血液黏稠度，让血管保持充盈状态，如此一来，后续若有穿刺需求，操作也会更加顺利，减少痛苦。

均衡饮食：坚持低盐、低脂、高纤维的饮食模式，能为血管提供充足养分，维持其良好弹性，确保血管畅通无阻，降低疾病发生风险。

戒烟限酒：烟草中的尼古丁是血管“大敌”，会严重损伤血管内皮，致使血管硬化、变脆，增加心脑血管疾病风险，务必远离。

适度运动：养成规律运动习惯，能加速血液循环，增强血管的收缩与舒张能力，提升血管功能，让血管更健康有活力。

控制基础疾病：积极有效控制高血压、高血糖、高血脂，可显著延缓血管老化进程，减少血管损伤，为血管健康筑牢防线。

手上的这条“生命线”，是连接患者与希望的重要桥梁。它虽小，却承载着生命的重量。通过了解它、尊重它，并科学地呵护它，我们就能让这条通道更加畅通、安全，为健康的回归保驾护航。请务必与您的医疗团队保持沟通，他们是您守护这条“生命线”最专业的伙伴。☺