

환자와 의료진이 모두 다함께
행복한 신대체요법

다함께

만성콩팥병 5기

환자교육

“내게 맞는 치료법은?”

- PART 1. 복막투석 vs 혈액투석
- PART 2. 환자 스스로 하는 ‘복막투석’
- PART 3. 병원 의료진에게 받는 ‘혈액투석’

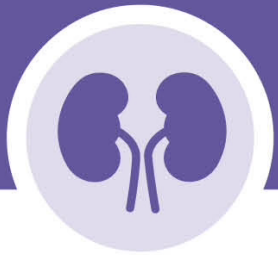


part 1.

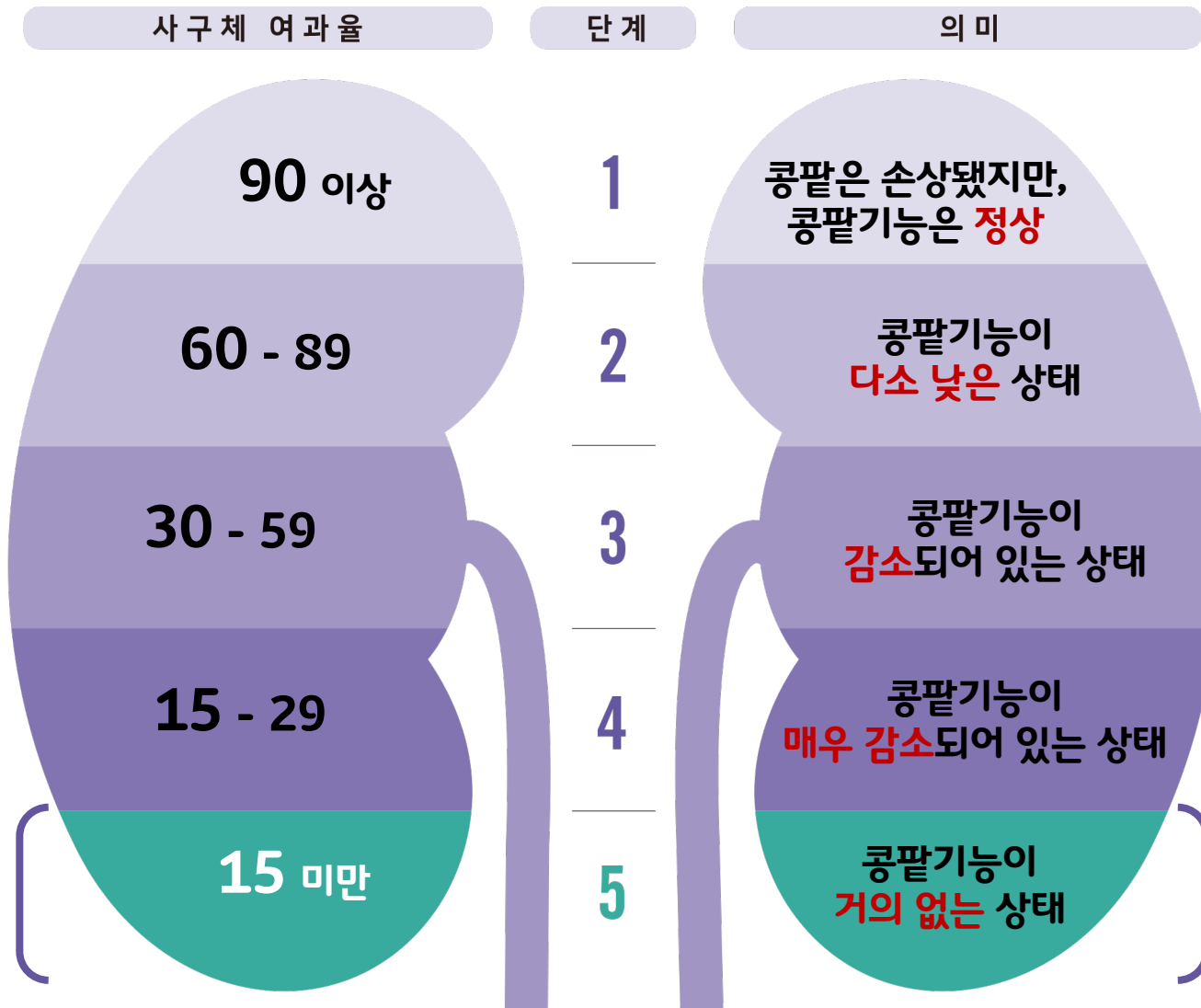
투석 방법 선택 요령

- 만성콩팥병 5기 치료의 핵심은?
- 투석 시기 선택 기준
- 투석 방법 선택 요령
- 복막투석 vs 혈액투석
- 당신에게 가장 중요한 5가지는?





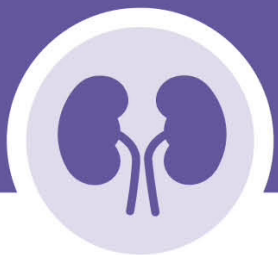
만성콩팥병 5기 환자를 위한 “치료의 핵심은?”



콩팥 기능 대체 치료 방법 선택 교육!

콩팥 기능 대체 치료!

혈액투석, 복막투석, 콩팥이식



투석, 언제부터 해야 할까? “투석 시기 선택 기준”



적절한 투석 시기, 사구체여과율만으로는 알 수 없다!

- 투석 적응증에 해당하는 증상 있다면, 사구체여과율과 상관없이 투석 시작
- 특별한 증상이 없어도, 사구체여과율 $6\text{ml}/\text{min}/1.73\text{m}^2$ 투석 시작 고려



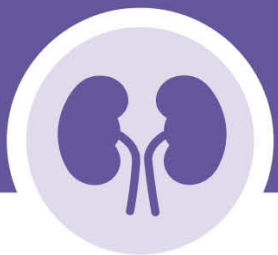
투석을 곧 시작해야 하는 위험 증상들은?

- 요독으로 인한 정신혼동, 의식저하 / 요독성 심장막염 / 식욕부진
대사성산증 / 고칼륨혈증 / 원인불명의 체중감소 / 조절되지 않는 가려움증
지속되는 출혈 / 체액량 증가 / 조절되지 않는 고혈압 / 영양 불균형 악화



적절한 투석 시기를 놓치면?

- 위급한 상황이 발생하게 되며 카테터를 이용한 응급 투석을 시작해야 함
- 불필요한 의료비용 증가와 출혈, 감염 등의 카테터 합병증이 발생 할 수 있어
결국 환자 생존률에 악영향을 줌



투석 방법, 어떻게 정할까? “투석 방법 선택 요령”



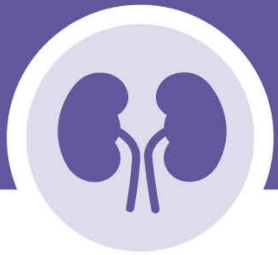
본인에게 가능한 투석 방법을 확인하세요!

- 혈관접근로를 만들 수 없거나, 심혈관계 불안정한 환자는 **혈액투석 불가!**
- 복강 내 큰 수술을 받은 환자, 복막 기능이 감소하는 질환을 앓은 경우,
복막투석 도관을 삽입할 수 없는 경우는 **복막투석 불가!**
- 환자의 자율성, 의존성, 경제적 환경, 병원 접근성, 불안감 등의 요인도 함께 고려



투석 이후 생활의 변화에 대해 미리 알아두세요!

- 동반 질환의 조절에 어떤 투석 방법이 더 용이한 지 확인
- 부종의 조절, 혈압/혈당의 조절, 식이의 허용 범위의 차이
- 체형의 변화, 거주 환경의 변화, 직장생활이나 근무시간 조절에 대한 변화
- 한가지 원칙보다는 환자 중심 개별화 맞춤형 접근이 필요



당신에게 맞는 투석 방법은? 혈액투석 vs 복막투석

병원에서 하는 '혈액투석'

병원에서

주3회 / 1회당 4시간씩 소요

야간, 심야투석으로
시간 조정 가능

식이요법, 수분 섭취 제한 필수

집에서 하는 '복막투석'

집, 직장, 학교 등 어디서나

손 투석은
매일 4회(1회당 20분씩)

기계 투석은
매일 밤 수면 중 1회(8~9시간)

식이요법, 수분 섭취 제한 필수





내게 맞는 투석 방법 선택하기 신대체요법 의사결정

1. 자가 진단 문항별, 투석 방법의 차이 이해하기!



2. 본인에게 가장 중요한 문항 선택!



3. 선택한 문항을 위주로 담당의사와 투석 방법 상의!



4. 자신에게 꼭 맞는 투석 방법 선택!





투석 방법 선택을 위한 자가진단 문항 “당신에게 가장 중요한 항목은?”

건강 관련

(12문항)

- ☐ 나는 내 심장을 보호하고 싶다.
- ☐ 나는 나의 뼈, 관절과 신경을 보호하고 싶다.
- ☐ 나는 나의 의지대로 살고 싶다.
- ☐ 나는 내 가족에게 짐이 되고 싶지 않다.
- ☐ 나는 가능한 한 높은 삶의 질을 유지하고 싶다.
- ☐ 나는 하루 정도는 투석 부담 없이 지내고 싶다.
- ☐ 나는 매일 투석을 하고 싶지는 않다.
- ☐ 나는 정기적으로 의사의 진료를 받고 싶다.
- ☐ 나는 내 스스로가 내 일상을 조절할 수 있다.
- ☐ 나는 규칙적인 생활을 한다.
- ☐ 나는 일상에 계획을 세우고 행동한다.
- ☐ 나는 운동을 즐긴다.

투석 환경

(12문항)

- ☐ 나는 가능한 한 병원을 덜 가고 싶다.
- ☐ 나는 전문가의 투석이 더 편하다.
- ☐ 나는 익숙한 것이 좋다.
- ☐ 나는 환경 변화를 싫어한다.
- ☐ 나는 새로운 것을 경험하는 것을 좋아한다.
- ☐ 나는 TV 보는 것을 좋아한다.
- ☐ 나는 오랜 시간 누워있는 것이 힘들다.
- ☐ 나는 주삿바늘을 무서워한다.
- ☐ 나는 남의 눈을 많이 의식하는 편이다.
- ☐ 나는 내 일상을 배우자에게 많이 의존하는 편이다.
- ☐ 나는 나를 보살펴 줄 사람이 필요하다.
- ☐ 나는 투석기계를 내 집에 들어놓고 싶지 않다.

일상 생활

(11문항)

- ☐ 나는 가능한 많은 시간을 가족과 보내고 싶다.
- ☐ 나는 돌봐야 할 노부모와 함께 살고 있다.
- ☐ 나는 아이를 키우고 있다.
- ☐ 나는 학교에 가거나 직장에 다녀야 한다.
- ☐ 나는 내가 좋아하는 것을 먹고 마실 수 있어야 한다.
- ☐ 나는 땀을 많이 흘리기 때문에 목욕을 자주 하는 편이다.
- ☐ 나는 외모에 신경 쓰는 편이다.
- ☐ 나는 새로운 것에 익숙해지기까지 시간이 많이 걸린다.
- ☐ 나에게서는 나를 돌봐 줄 사람이 없다.
- ☐ 나는 여행을 좋아해서 절대 포기할 수 없다.
- ☐ 나는 해외여행을 많이 다닌다.



투석 비용, 얼마나 나올까?

삶의 질, 나에게는 어느 쪽이 유리할까?

복막 투석

- 복막투석액, 소모품 비용 필요
- 외래진료, 약값 국민건강보험 지원
- 투석 시간 자유롭게 조절
- 매일 4번, 20분씩 자가 투석 부담
- 복막투석관으로 인한 불편
- 복부 비만 형태로 체형 변화
- 체육 활동 제약

혈액 투석

- 혈액투석 시, 표준화된 비용 청구
- 약값은 국민건강보험 지원
- 병원 방문을 위한 일정 조절 필요
- 주 3회, 4시간씩 소요
- 투석 시간 외에는 자유로운 일상
- 식이조절, 수분섭취 제한 필요



투석 방법과 건강의 상관관계



✓ 좋아하는 대로 먹고 마시려면?

- 수분, 노폐물 매일 제거하는 복막투석!
- 혈당 변화가 적은 혈액투석!



✓ 뼈와 관절, 신경을 보호하려면?

- 중분자 노폐물 제거율 높은 복막투석!
- 높은 효율의 혈액투석도 중분자 노폐물 제거 가능



✓ 심장을 보호하려면?

- 투석과 함께 나트륨과 수분 섭취 제한, 체중 관리 병행!



✓ 성생활이 중요하다면?

- 발기부전, 성욕 저하가 적게 발생하는 건, 복막투석!
- 체형 변화 없이 자유로운 건, 혈액투석!

part 2.

집에서 하는 '복막투석'

- 병원 방문이 어렵다면?
- 자율적인 복막투석
- 복막투석의 불편한 점





너무 바빠서, **병원 방문이 어렵다면?**

학교나 직장에
다녀야 한다.



여행을
자주 다닌다.



노약자를
돌보고 있다.



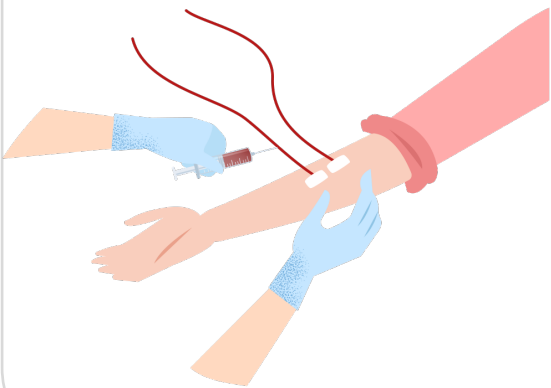
병원에
덜 가고 싶다.





환자 스스로 하니까, 자율적인 복막투석

주사바늘을
꽂을 필요가 없다.



더 많은 시간을
가족과 보낸다.



자신의 의지대로
살고 싶다.



스스로 일상을
조절할 수 있다.





복막투석의 불편한 점

- 매일 6시간 간격으로, 4회, 20분씩 소요된다.
(단, 기계투석은 8~9시간의 야간 수면시간 활용, 하루 1회만 투석 가능)
- 환자/보호자가 스스로 투석 관리를 할 수 있어야 한다.
- 샤워, 수영 시 복막투석관의 감염에 주의해야 한다.
- 복막투석관이 옷 밖으로 보이거나, 티가 날 수 있다.
- 체중 및 복부 둘레가 증가해 체형 변화가 일어날 수 있다.
- 청결한 투석 공간과 투석액, 물품을 보관할 공간이 필요하다.



part 3.

병원에서 받는 '혈액투석'

- 의료진이 관리해주는 혈액투석
- 혈액투석의 좋은 점
- 혈액투석의 불편한 점





의료진이 관리해주는, 혈액투석!

- ✓ 병원 의료진의 돌봄을 원한다.
- ✓ 나를 돌봐줄 사람이 없다.
- ✓ 가족에게 짐이 되고 싶지 않다.
- ✓ 나를 보살펴줄 사람이 필요하다.
- ✓ 일상을 배우자(자식)에게 의존한다.





혈액투석, 이런 점이 좋아요!

목욕이나 수영에
불편이 없다.



집에 투석 기계를
놓을 필요 없다.



임신 중에도
투석이 가능하다.



체형 등 외관상의
변화가 없다.





혈액투석의 불편한 점

- 정해진 일정에 맞춰, 주 3회 병원에 방문해야 한다.
- 혈액투석 1회당 4시간 이상 소요된다.
- 개인 일정과 병원 혈액투석실 일정 간 사전 조율이 필요하다.
(병원에 따라 야간/심야 투석실도 운영)
- 여행시, 목적지에 투석 가능한 병원이 있는지 알아보고 결정해야 한다.
- 투석하지 않는 동안, 수분과 칼륨, 나트륨 섭취에 적절한 조절이 필요하다.
- 동정맥루가 다치거나 막히지 않도록 주의해야 한다.



환자와 의료진이 모두 다함께
행복한 신대체요법

다함께

‘만성콩팥병 5기 환자교육’을 마칩니다.



참여해 주셔서 감사합니다.

환자와 의료진이 모두 다함께
행복한 신대체요법



(환자) 함께 다정히 고민해준 선생님을 만나 **다행**입니다.

(의사) 너무 늦지않게 결심해 주셔서 **다행**입니다.

(함께) 다 함께 행복할 기회를 갖게 되어 **다행**입니다.

