

Arteriovenous fistula (AVF)

الناصور الشرياني
الوريدي



Arteriovenous fistula (AVF) care instructions

You need to know that:

AV fistula, is a join made between an artery (which normally brings blood from your heart) and a vein (which normally returns blood to your heart) in your arm.

- Your arm and hand might be very swollen. This is normal.
- Swelling, bruising, moderate numbness and/or tingling are all NORMAL after the operation; and should resolve within a few weeks.
- Your wound will take 10-14 days to heal.

It can be six to eight weeks before a fistula is ready for hemodialysis, **(it should not be used before 6 weeks)**.

Please following the below instructions:

- Keep the dressing clean and dry for the first 2 days. You can bathe or shower as usual after the dressing is removed.
- Keep your wound covered for seven days.
- Elevate your arm on several pillows to relieve the swelling.
- Exercise the arm where the fistula is created to help it develop more quickly. You will be given a sponge ball to use to help with your fistula development. Place the ball in the hand with the fistula. Squeeze the ball repeatedly for five to 10 minutes; repeat these two to three times a day. (If your arm becomes tired or painful during the exercises, stop and rest it).
- Attend your follow-up appointment six weeks after your surgery to check your fistula and begin using it for dialysis when it is ready.

Avoid the below:

- Apply ANY ointment, alcohol, or hydrogen peroxide to the incision.
- Any heavy lifting/ pressure with your fistula arm for two weeks.
- Keep your fistula arm bent for long periods.
- Driving for at least three days after your surgery.
- Wearing rings, elasticated sleeves, or wristbands. (If your hand or fingers swell after the operation).

Contact your doctor if you have:

- Bleeding from your vascular access site
- Signs of infection, such as redness, swelling, soreness, pain, warmth, or pus around the site
- A fever (38.0°C) or higher
- Ice cold arm or hand, blue fingers, or extreme numbness.
- The swelling persists and The flow (thrill) in your fistula slows down or you do not feel it at all

How to take care of a fistula when you are at home?

You play an important part in keeping your fistula healthy.

- ✓ Always wash your hands with soap and warm water before and after touching your access. Clean the area around the access with antibacterial soap or rubbing alcohol before your dialysis treatments.
- ✓ Check twice a day that your fistula is working. This is done simply by looking, feeling and listening as follows:
 - Place your fingers on the skin over your fistula; you should feel a vibration ('thrill').
 - Listen for the 'shoosh-shoosh' noise ('bruit') made by your fistula.
- ✓ Do not take blood pressure measurements from your fistula arm.
- ✓ Do not have any blood tests taken from your fistula arm.
- ✓ No needles, infusions, or drips are to go into your fistula arm.
- ✓ Do not wear a watch, jewelry, or tight clothes on your fistula arm.
- ✓ Avoid sleeping on your fistula arm.
- ✓ Do not use sharp objects near your fistula arm, for example razors.
- ✓ Avoid carrying heavy loads or shopping bags directly over your fistula.
- ✓ Do not remove scabs from the needle sites; this may cause bleeding or infection.
- ✓ Use your access only for dialysis.

إرشادات العناية بالناصور الشرياني الوريدي (AVF)

يجب أن تعرف أن:

- الناصور الشرياني الوريدي (AVF) هو وصلة تُنشأ بين شريان (الذي ينقل الدم من قلبك) ووريد (الذي يعيد الدم إلى قلبك) في ذراعك.
- قد تكون ذراعك ويدك منتفخة جدًا، وهذا أمر طبيعي.
- الانتفاخ والكدمات والتتميل المعتدل و/أو الوخز هي جميعها أمور طبيعية بعد العملية ويجب أن تختفي خلال بضعة أسابيع.
- سيستغرق جرحك من 10 إلى 14 يومًا للشفاء.
- قد يستغرق الأمر من 6 إلى 8 أسابيع قبل أن يصبح الناسور جاهزًا لغسيل الكلى. (لا ينبغي استخدامه قبل 6 أسابيع).

يرجى اتباع التعليمات التالية:

- حافظ على نظافة وجفاف الضمادة خلال أول يومين. يمكنك الاستحمام أو الاستحمام كالمعتاد بعد إزالة الضمادة.
- حافظ على تغطية جرحك لمدة سبعة أيام.
- ارفع ذراعك على عدة وسائل لتخفيف الانتفاخ.
- مارس تمارين للذراع الذي تم فيه إنشاء الناسور للمساعدة في تسريع نموه. استخدم كرة إسفنجية لتساعدك على نمو الناسور. ضع الكرة في اليد التي يوجد بها الناسور. اضغط عليها بشكل متكرر لمدة خمس إلى عشر دقائق؛ كرر ذلك مرتين إلى ثلاث مرات يوميًا. (إذا شعرت بتعب أو ألم في ذراعك أثناء التمرين، فتوقف وأرحها).
- احضر موعد المتابعة بعد ستة أسابيع من العملية لفحص الناسور وبدء استخدامه لغسيل الكلى عندما يصبح جاهزًا.

تجنب ما يلي:

- تطبيق أي مرهم أو alcohol أو hydrogen peroxide على الجرح.
- رفع أشياء ثقيلة أو الضغط على ذراع الناسور لمدة أسبوعين.
- إبقاء ذراع الناسور مثنياً لفترات طويلة.
- القيادة لمدة ثلاثة أيام على الأقل بعد العملية.
- ارتداء الخواتم أو الأكمال المطاطية أو الأساور حول المعصم. (إذا انتفخت يدك أو أصابعك بعد العملية).

اتصل بطبيبك إذا كان لديك:

- نزيف من مكان الناسور (مكان الوصول إلى الأوعية الدموية).
- علامات العدوى مثل الاحمرار أو التورم أو الألم أو الدفء أو القيح حول مكان الجراحة.
- حمى (38.0 درجة مئوية أو أعلى).
- ذراع أو يد باردة جدًا، أصابع زرقاء، أو تتميل شديد.
- استمرارية التورم وتباطؤ تدفق في الناسور (الاهتزاز 'thrill') أو عدم الشعور به على الإطلاق.

كيف تعتني بالناصور عند العودة إلى المنزل؟

- أنت تلعب دورًا مهمًا في الحفاظ على صحة الناسور الخاص بك.
- اغسل يديك دائمًا بالصابون والماء الدافئ قبل وبعد لمس مكان غرز الإبرة في الناسور. نظف المنطقة المحيطة بالناصور باستخدام صابون مضاد للبكتيريا أو فرك alcohol قبل جلسات غسيل الكلى.
- تحقق مرتين في اليوم من أن الناسور يعمل بشكل صحيح. يمكنك القيام بذلك ببساطة من خلال النظر والشعور والاستماع كما يلي:

- ضع أصابعك على الجلد فوق الناسور؛ يجب أن تشعر باهتزاز ('thrill')
- استمع إلى الصوت "شوش-شوش" الصوت الذي يصدره الناسور.
- لا تقم بقياس ضغط الدم من ذراع الناسور.
- لا تقم بأخذ أي عينات دم من ذراع الناسور.
- لا يجب إدخال أي إبر أو الحقن أو المحاليل في ذراع الناسور.
- لا ترتدي ساعة أو مجوهرات أو ملابس ضيقة على ذراع الناسور.

- تجنب النوم على ذراع الناسور.
- لا تستخدم الأدوات الحادة بالقرب من ذراع الناسور، مثل شفرات الحلاقة.
- تجنب حمل الأشياء الثقيلة أو أكياس التسوق مباشرة فوق الناسور.
- لا تقم بإزالة القشور من مواقع الإبر؛ فقد يؤدي ذلك إلى حدوث نزيف أو عدوى.
- استخدم الناسور فقط لغسيل الكلى.