

## Ejercicios de maduración de la fístula arteriovenosa:

- Comience a realizar ejercicios desde el momento que le indique la enfermera de la consulta ERCA, tras la retirada de puntos.
- Es necesario que se desarrolle la fístula arteriovenosa para poderla utilizar una vez comience la hemodiálisis.
- El tiempo de maduración es de 4/6 semanas.
  
- Ejercicios de mano o muñeca (si su fístula está a nivel de muñeca):**
  - Comprimir una pelota blanda con fuerza abriendo y cerrando 10 minutos 2 o 3 veces al día.



- Ejercicios de brazo o codo (si su fístula está a nivel de codo):**



- Con el brazo apoyado y la muñeca colgando subirá y bajará la muñeca durante 10 minutos 2 o 3 veces al día.
- Comenzará con un peso ligero aumentando progresivamente hasta llegar a un kilo (botella de agua o cualquier peso).
- No flexionar completamente el brazo para no comprimir la fístula.

Contacte una vez realizada la FAV ya que se hará un seguimiento ecográfico del estado de su FAV desde su centro de referencia (consulta de accesos vasculares o su centro de diálisis).

## CUIDADOS TRAS LA REALIZACIÓN DE UNA FÍSTULA ARTERIOVENOSA (FAV)



Hospital de Barbastro

Servicio de Nefrología. Planta Segunda

Unidad de Hemodiálisis y consulta ERCA

Teléfono 974 24 90 00 Ext. 529295 Horario de 8 a 20 H.

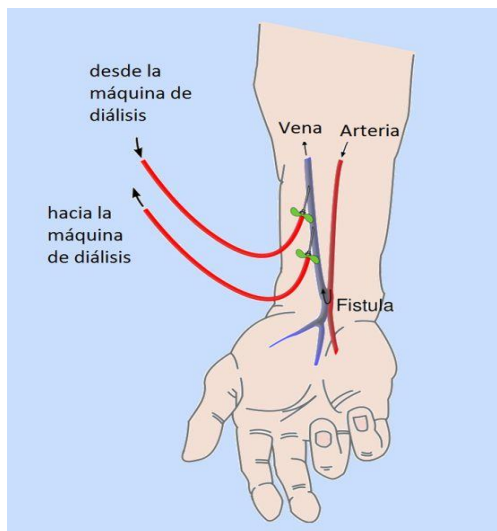
Supervisión - Teléfono: 974 24 90 00 Ext. 529279

Despacho médico - Teléfono: 974 24 90 00 Ext. 529296

Secretaría - Teléfono: 974 24 90 49 Horario de 8 a 15 H.

## ¿Qué es una fístula arteriovenosa o FAV?

Es un acceso vascular que consiste en unir una arteria y una vena para conseguir un mayor flujo de sangre que permita realizar la hemodiálisis.



Se realizará mediante una pequeña operación con anestesia local por los cirujanos vasculares en quirófano. Quedará una herida con varios puntos de sutura.

### ¿Dónde está localizada?

Habitualmente está localizada en el antebrazo o muñeca del miembro no dominante, aunque puede localizarse en otra zona, esto dependerá de las características que cada paciente.

### Cuidados después de la operación:

- Compruebe cada día el funcionamiento de la fístula arteriovenosa palpando el thrill (vibración percibida al colocar la mano por encima de la cicatriz de la FAV).
- Vigile los signos de infección: dolor, enrojecimiento, fiebre, inflamación.
- Si tiene dolor evite ibuprofeno o aspirina, puede tomar paracetamol.
- Mantenga la zona seca y tapada hasta la retirada de los puntos.
- Si precisa cambio de apósito, utilice suero fisiológico y antiséptico (betadine o povidona yodada).
- A partir de las 24/48h realice ejercicios suaves abriendo y cerrando la mano, evitando movimientos bruscos.
- Mantenga el brazo elevado utilizando una almohada debajo.
- Los puntos se retirarán en unos 7/10 días en la consulta de accesos vasculares, ERCA o en su centro de salud de referencia.

### Cuidados generales de la FAV

- Mantenga una correcta higiene personal y del brazo de la fístula lavando con agua templada y jabón. Use crema hidratante habitual.
- Familiarícese con el sonido de su fístula (vibración o thrill) palpando varias veces al día y comprobando su presencia.
- Si nota cualquier alteración o cambio en el aspecto (dureza, dolor, calor, o inflamación) llame al teléfono indicado al inicio o acuda a urgencias.
- Si le van a tomar la tensión arterial NUNCA de ese brazo.
- No permita que le saquen sangre ni pongan medicación en ese brazo.
- Evite coger peso, recibir golpes o ejercicios bruscos que puedan bajar su tensión.
- No llevar ropa, bolsos o accesorios (relojes) que le compriman.
- No apoyarse, rascarse, ni dormir encima del brazo de la fístula.
- Evite los cambios bruscos de temperatura (frío o calor).
- Evite toser o estornudar en dirección a la FAV.
- Cuidado con las picaduras de insectos y arañazos de animales.

