

Cuidados de la fístula o FAVn

¿QUE ES LA FÍSTULA o FAVn? ¿Por qué la necesito?

La Fístula arteriovenosa nativa (FAVn) es una conexión creada quirúrgicamente entre una arteria y una vena, generalmente en el antebrazo o brazo.

Su **finalidad** es obtener un acceso para realizar la Hemodiálisis con un buen flujo de sangre.

Se precisa un tiempo de maduración, por lo que será **necesario realizarla con antelación** al inicio de la diálisis.

Es el acceso vascular más recomendado:

- Permite un flujo sanguíneo adecuado
- Tiene mayor duración
- Presenta menos riesgos de infecciones y complicaciones.



Es el acceso MAS SEGURO para la hemodiálisis.

Su **buen funcionamiento** depende tanto de la cirugía como del **cuidado diario del paciente**.

¿CUÁNDO SE REALIZA?

Tras la consulta con su nefrólogo, se programará otra cita para realizar una ecografía.

Esta prueba sirve para evaluar sus venas y arterias de los brazos.

Posteriormente, tendrá una primera consulta con Cirugía Vascular, donde se valorará su caso y, si está de acuerdo, firmará el consentimiento de entrar en lista de espera para la realización de la fístula.

¿CÓMO SE REALIZA?

Se realiza en **el quirófano**, bajo anestesia regional (se duerme el brazo). Aproximadamente dura 1h. No precisa quedarse ingresado.



Generalmente se realiza a la altura de la muñeca del brazo no dominante (todo depende de las características individuales de cada paciente).

Sera valorado por el Servicio de Cirugía Cardiovascular, que serán los encargados de realizar el procedimiento.

CUIDADOS PREVIOS

Deberá mantener la red venosa superficial de los brazos en el mejor estado posible.

Por ello, tomara las siguientes **precauciones**:

- Unificar extracciones sanguíneas (si es posible)
- Evitar puncionar las venas del brazo o antebrazo donde se vaya a realizar la fistula, generalmente, el brazo no dominante.
- Facilitar la punción de las venas del dorso de la mano.
- Pedir al personal sanitario que utilice la aguja o palomilla más fina, explicar la necesidad de preservar las venas del brazo no dominante.
- Tras la punción, realizar compresión correcta sobre el punto de punción (al menos 5 min), para evitar hematomas.
- Mantener la piel limpia y sin heridas.



DÍA DE LA CIRUGÍA

- Acudirá al **Hospital de Día Quirúrgico** (ubicado en Valdecilla Sur, planta 1º) cuando le indiquen. En **ayunas** y recuerde traer la medicación que tiene pautada a lo largo del día.
- Tras la realización de la Fistula, permanecerá en observación unas horas y posteriormente será dado de alta a su domicilio.

CUIDADOS POSTQUIRURGICOS

- Acudirá al Servicio de Nefrología en un **plazo de 24-72h** (según indicación del nefrólogo)
- Se realizará la primera cura, se vigilará su funcionamiento y se le volverá a indicar cuando será su próxima cita.
- Vigilar el aspecto del brazo. Si observa la aparición de sangrado, inflamación, calor o dolor intenso acudirá al **Servicio de Nefrología** de **Lunes a viernes por la mañana** y por las **tardes y fines de semana a Urgencias**.
- Sí refiere dolor moderado puede tomar su analgésico pautado (tipo Paracetamol).
- Mantener el brazo elevado.
- **NO CARGAR PESO**. Realizar movimientos suaves con el brazo.
- No mojar el apósito y seguir las recomendaciones del personal sanitario.
- Puede que tenga la sensación de vibración "thrill", es considerado normal.



- Los ejercicios de maduración de la fistula se realizarán tras el primer control postquirúrgico y según las indicaciones del personal sanitario.

AUTOCUIDADOS

El **cuidado de la fístula** es clave para su **buen funcionamiento**. Favorece su maduración, previene la aparición de complicaciones y prolonga su supervivencia.

El periodo de maduración **mínimo es de 4 semanas** (depende de cada paciente).

Los **CUIDADOS** que debe realizar son:

- Revisar diariamente el **"thrill"**.
- Mantener la **zona limpia**.
- **No** usar ropa apretada, ni reloj ni joyas.
- **No** dormir sobre ese brazo.
- Evitar golpes o presión sobre el brazo.
- No permitir: inyecciones, extracciones de sangre y medición de la Tensión Arterial.
- No coger peso excesivo.
- Realizar diariamente los ejercicios para la maduración de la fistula.
- Observar si existen signos de enrojecimiento o hinchazón.

Si nota enrojecimiento, hinchazón, dolor severo, aumento de la temperatura de la zona, póngase en contacto inmediato con el Servicio de Nefrología.



Mantener el brazo limpio



No ropa ajustada ni joyas



Valorar



Valorar diariamente el thrill



No coger peso



No dormir sobre el brazo



No pinchazos en el brazo



Hinchazón o enrojecimiento

Ejercicios para la maduración de fístula

Tras la creación de una fístula arteriovenosa para diálisis, es importante realizar ejercicios para mejorar la salud del vaso sanguíneo y favorecer una buena circulación. Aquí tienes algunos ejercicios recomendados:



1 Tocar la punta de los dedos

- Toque la punta de cada dedo con el pulgar con algo de presión durante 10 segundos.
- Abra la mano estirando los dedos cada vez que toque los 4 dedos.
- Repita el ejercicio durante 5 minutos, 3-4 veces al día.

5 min.
3-4 veces
al día



2 Apretar una pelota blanda tipo "anti-estrés"

- Sujete la pelota con la palma de la mano del brazo en que tiene la fístula.
- Apriete la pelota y mantenga durante 10 segundos y luego suéltela de manera que vuelva a su forma original.
- Repita el ejercicio durante 5 minutos, 3-4 veces al día.

5 min.
3-4 veces
al día



3 Apretar una pinza de la ropa

- Coja una pinza de la ropa con el dedo índice y el pulgar.
- Apriete la pinza y vuélvala a dejar que se abra durante 10 segundos (pueden ser 5 segundos al principio).
- Repita el ejercicio durante 5 minutos, 3-4 veces al día.

5 min.
3-4 veces
al día



4 Ejercicios de muñeca con botella pequeña

- Sujete una botella pequeña con la mano.
- Mueva la botella hacia arriba y hacia abajo flexionando la muñeca.
- Repita el ejercicio durante 5 minutos, 3-4 veces al día.



5 min.
3-4 veces
al día

Estos sencillos ejercicios te ayudarán a desarrollar el vaso sanguíneo recién creado, lo que permitirá que se agrande y se fortalezca. Recuerda dejar de practicar los ejercicios si se cansa el brazo o si el ejercicio le resulta doloroso.

**POR FAVOR LEA ESTA INFORMACIÓN,
LE SERÁ ÚTIL**