



肝硬化之護理指導

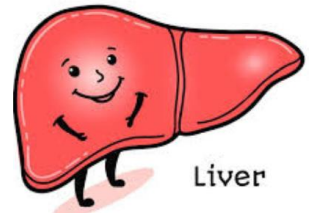
編號：QP-R-02-N0806

◎何謂肝硬化：當肝臟發炎太厲害超過它的修復能力時，便由纖維組織來加以修補，久了之後便形成了肝硬化。大多數的肝硬化，是由於三類肝炎（病毒性、酒精性、藥物性）演變發展的結果。肝硬化的併發症：食道靜脈曲張，肝昏迷，腹水（有時併發腹膜炎），同時肝硬化的病人，有機會會轉變成為肝癌。

◎肝腫瘤的產生：八成以上病人曾感染 B 型肝炎，另外肝硬化、慢性肝炎、或 B、C 肝炎帶原者、酗酒、黴菌毒素(其中以黃麴毒素致癌力最強)等，亦可能造成肝臟病變為肝癌。

◎肝硬化注意事項：

- 1.充分休息、生活規律、不熬夜，嚴禁菸酒，不增加肝臟多餘負擔，讓肝臟休息。
- 2.少吃不必要的藥物，因藥物多從肝臟代謝、分解。
- 3.營養均衡、定時定量，食慾差時，可少量多餐，勿暴飲暴食。
- 4.初期肝硬化宜採用高醣、高蛋白飲食，後期宜採低蛋白、低氮飲食。
- 4.有食道靜脈曲張者，則應避免粗糙、堅硬、過燙的食物，且細嚼慢嚥。
- 5.若併有腹水、下肢水腫，採低鹽、低鈉飲食，避免含鹽較高食物如：罐頭、蜜餞、麵線、醃漬食物等。
- 6.若有肝性腦病變，則採低蛋白食物，並保持大便通暢，每天至少排便一次以上；每日量體重，抬高床頭以利呼吸。
- 7.少吃罐頭食品及加工食品，因含化學成分，會加重肝臟負擔。
- 8.皮膚黃疸、水腫時，避免肥皂洗澡，以溫和乳液舒緩皮膚乾燥及搔癢情形，剪短指甲以免抓傷皮膚，經常翻身更換姿勢。
- 9.吐血、解黑便時，應安靜休息減少活動。
- 10.注意腹脹、頭暈、全身無力、緊張等症狀，應立即返院治療。
- 11.腹部疼痛時，放鬆心情，儘量安排日常活動以轉移對腹部不適之注意力。
- 12.注意有無出血徵兆（臉色蒼白、頭暈、脈搏變快、冒冷汗、解黑大便），若有此情形應立即返院治療。定期回門診追蹤。



員生醫院關心您！