

## 一、什麼是肝硬化？

肝硬化是指肝臟因各種原因使得肝組織發炎、肝細胞壞死，肝臟結構組織逐漸破壞而變硬、變形。

## 二、主要原因

- (一)慢性病毒性肝炎：B型、C型和D型肝炎。
- (二)酗酒。
- (三)藥物或化學藥品中毒。
- (四)膽道疾病：如膽道發炎或肝內膽管結石。
- (五)自體免疫疾病。
- (六)新陳代謝和遺傳性疾病。
- (七)心臟衰竭：如充血性心臟病。
- (八)非酒精性脂肪性肝炎。
- (九)寄生蟲。

## 三、常見症狀

消瘦疲倦、體重下降、噁心嘔吐、食慾不振、脹氣、便秘或腹瀉、肌肉軟弱、腹水、下肢水腫、出血傾向例如：皮膚容易瘀青、貧血、蜘蛛狀血管瘤、手掌發紅、深茶色尿液、黃疸、皮膚發癢、肝脾腫大等。

## 四、併發症

- (一)食道、胃部靜脈瘤破裂而致大量出血。
- (二)腹水、胸水：引起腹脹及呼吸喘。
- (三)肝腎症候群：當肝功能惡化後，其腎功能可能隨之惡化，但這種腎衰竭會在肝功能改善後，得到改善。
- (四)肝性腦病變：當肝臟病變使肝功能降低時，代謝功能也會降低，此時體內會累積各種毒素，當這些毒素進入腦部時，則會抑制腦組織的活動，引起意識改變，稱為「肝性腦病變」或「肝昏迷」。
- (五)全血球低下：易暈眩(貧血)、感染(自發性腹膜炎)、凝血功能下降。

## 五、檢查與診斷

- (一)血液檢查：白蛋白減少，球蛋白增加，膽紅素升高，全血球減少或凝血時間延長。
- (二)腹部超音波、電腦斷層掃描。
- (三)肝臟切片。
- (四)胃鏡：若發現食道靜脈曲張，

可懷疑是肝硬化引起。

## 六、治療方式：

- (一)除去致病原因，阻止繼續惡化，去除具有肝毒性的藥物及戒酒。
- (二)維護肝臟的功能，預防併發症發生。
- (三)適當的休息及運動。
- (四)配合醫師治療性飲食。
- (五)治療肝昏迷：口服或灌腸以利體內氨排出，會有輕微腹瀉。
- (六)減輕腹水：限制鹽和水份的攝取量，使用利尿劑。若服用利尿劑後仍無法控制腹水，必要時以腹腔穿刺抽取腹水合併輸血漿或注射白蛋白，減輕不適的症狀。
- (七)食道靜脈曲張出血：常採用靜脈瘤結紮硬化治療、止血針注射或手術治療。

## 七、日常生活注意事項

- (一)保持身心愉快。
- (二)飲食之安排：
  - 1.若病人無肝性昏迷，每天攝取蛋白質約75g/day。

## 肝硬化

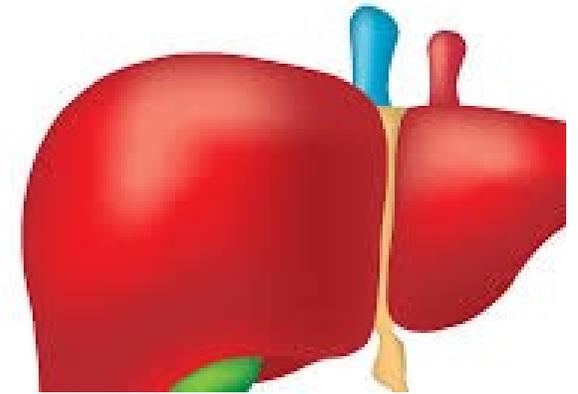
- 2.每日熱量攝取2500-3000卡。
  - 3.常有食慾不振、噁心、嘔吐，採少量多餐，選擇新鮮、均衡、天然營養食物，並避免生食或吃醃製食品及罐頭類或運動飲料。
  - 4.避免喝酒及含酒精的飲料。
  - 5.低鈉飲食，限制水份攝取量。
  - 6.有食道靜脈曲張時採取質地較軟、容易咀嚼、易消化、不含粗糙纖維的食物。
  - 7.建議攝取植物性蛋白質取代動物性蛋白質(奶類、蛋、肉類)預防肝性腦病變。
- (三)局部皮膚冷卻、薄荷油塗敷，以及使用抗組織胺藥物，可使搔癢症狀減輕。
- (四)預防感染及合併症發生：
- 1.保護皮膚和粘膜，預防感染。
  - 2.觀察皮膚、牙齦、大便顏色和內出血的徵兆。
- (五)每日自我照顧：
- 1.每日充足休息，要戒菸、戒酒、勿亂服藥。
  - 2.每天測量體重和腹圍，注意飲食和排泄量平衡。
  - 3.使用軟毛牙刷、注意口腔衛生，以促進食慾。
  - 4.避免使用具刺激性的肥皂清潔皮膚，過於乾燥的皮膚可使用潤膚劑。
  - 5.腹水導致呼吸困難時，可適量使用氧氣及採半坐臥姿勢，若有下肢水腫，可抬高下肢。
  - 6.適當運動。
  - 7.慎用藥物：遵照醫師指示服藥，勿亂服成藥及中藥、草藥，以免增加肝臟負擔。



護理部印製

諮詢專線:03-3613141 轉  
3581.3582 (5A 病房)  
3583.3584 (5B 病房)  
7585.7586 (5C 病房)

109.07 版 822261 B42290



聖保祿醫院