

肝硬化照護



疾病管理中心製作

諮詢專線：(04)7113456#8008-8010

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人
漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2025年08月(一版)

51735-單張-中文-039-01

一、可能造成肝硬化的原因：

- 1.慢性酒精中毒。
- 2.長期營養不良。
- 3.B、C型肝炎後遺症。
- 4.藥物與毒物中毒。
- 5.工業化學品中毒。
- 6.感染或代謝異常。
- 7.慢性膽汁鬱積。
- 8.肝外膽道阻塞。



二、肝硬化的症狀：

- 1.初期可能無症狀。
- 2.消瘦、腹部積水(腹水)。
- 3.下肢水腫。
- 4.腹部靜脈明顯。
- 5.食道靜脈瘤、胃靜脈瘤；嚴重時靜脈瘤破裂會吐鮮血或解黑便。
- 6.蜘蛛血管痣：出現於臉、頸、手臂、前胸，如蜘蛛狀小紅點。
- 7.貧血。
- 8.容易感染。
- 9.黃疸。
- 10.手掌出現紅斑。

三、會有哪些併發症？

- 1.胃食道靜脈曲張破裂出血。
- 2.腹水、自發性細菌性腹膜炎。
- 3.肝性腦病變、肝昏迷。
- 4.肝腎症狀群、腎功能不全。
- 5.肝細胞癌。
- 6.菌血症(敗血症)。

四、使用降氨藥物的目的及注意事項：

為促進排便降低血中氨(阿摩尼亞)的濃度，已達到預防或治療肝性腦病變。但若患者使用後當日排便達四次時(少量滲便不算)，請依醫護人員指示，暫停當日剩餘的藥量，由醫師依患者情況調整藥量。



五、肝硬化飲食一般原則：

1. **肝硬化初期**且沒有任何水腫或腦性病變的人，可依均衡飲食攝取。
2. **少吃**油膩及含脂肪高的食物。
3. **合併食道靜脈曲張者**需注意細嚼慢嚥，避免食用粗糙、堅硬、大塊及油炸食物，以免造成出血。
4. 如有**腹水及水腫**應限制鈉鹽攝取，如罐頭、醃製食品、肉鬆、魚鬆、蜜餞等。
5. **採少量多餐**，每次進食不要吃太飽。
6. 蛋白質食物(包含：奶類、肉類、魚類、蛋、黃豆製品類)**肝硬化患者**宜適量攝取，或依營養師指示的份量做攝取。
7. 住院期間若需進一步的飲食指導，請告知責任護理師為您聯絡營養師。

六、肝性腦病變症狀(肝昏迷)：

1. 出現不安、愛說話、突然變冷漠不說話。
2. 激動、人格改變。
3. 記憶力減退。
4. 意識混亂。
5. 嗜睡、嚴重時可能導致昏迷。

七、肝性腦病變(肝昏迷)的飲食原則：

1. 若出現**肝昏迷症狀**時，蛋白質應依情況做適當的調整：建議可**選擇高生物價蛋白質**(如：雞、魚)或**富含支鏈胺基酸蛋白質食物**(如：豆漿、豆腐、黃豆及其製品)。
2. 多攝取**高纖維食物**(如：蔬菜、水果)，以避免便秘發生。
3. 避免**產氨高食物**(如：乾酪、香腸)。



八、住院期間及返家後要如何照護？

1. 戒菸、酒。
2. 遵守營養師所指導的飲食治療原則。
3. 平時應注意安全，避免創傷。
4. 勿過度勞累，適當的休息，保持情緒穩定、心情愉快。
5. 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。
6. 應維持**每日排便3-4次**，以預防血中氨濃度升高。
7. 定期返院門診追蹤。

九、需就醫情況：

1. 出現任何程度的**肝性腦病變**(肝昏迷)症狀，應馬上就醫。
2. 吐血、解黑便、解血便。
3. 腹水厲害。
4. 發燒。

學習自我評量(是非題)

- () 1. 使用降氨藥物目的，主要促進排便降低血中氨(阿摩尼亞)濃度，以達到預防或治療肝性腦病變。
- () 2. 患者應維持每日排便1次，以預防血中氨濃度升高。
- () 3. 所謂產氨高食物，(如：乾酪、香腸)。

參考資料：

陳敏麗(2018)·消化系統疾病與護理·於蔡秀鑾總校訂·最新實用內外科護理學(六版，13-32 149頁)·台北：永大。
彰基護理部(2022)·肝硬化照護(第十版)·衛教單張。

題號	1	2	3
解答	○	X	○