

## <肝硬化>

### 前言

肝臟細胞、組織及血管受到病毒、酒精或其它因素破壞，使肝臟產生纖維化及結節，稱為肝硬化。

### 肝臟的功能

製造膽汁、醣類的代謝、脂肪的代謝、蛋白質的代謝、解毒作用、止血作用。

### 肝硬化原因

- ◇ 肝炎病毒，例如 B 型及 C 型病毒。
- ◇ 酒精。
- ◇ 新陳代謝疾病。
- ◇ 膽道疾病。
- ◇ 肝毒性藥物。
- ◇ 心臟衰竭。
- ◇ 血管阻塞性疾病等等。

以肝炎病毒、酒精等引起的「肝硬化」個案居多。



### 臨床症狀

- ◇ 疲倦、全身無力。
- ◇ 噁心、嘔吐、腹脹。
- ◇ 眼睛及皮膚出現黃疸。
- ◇ 下肢水腫、腹水。
- ◇ 牙齦出血、腸胃道出血。
- ◇ 食道或胃出現靜脈瘤、發生痔瘡，甚至出血。
- ◇ 腹部表淺靜脈鼓漲成網狀。
- ◇ 胸前出現蜘蛛斑、手掌紅斑。
- ◇ 乳房變大、停經、睪丸萎縮。

### 肝硬化的診斷及檢查

- ◇ 肝功能試驗：SGPT，SGOT 升高。
- ◇ 血液檢查（可能發生血紅素、白血球、血小板下降）。
- ◇ 肝臟超音波檢查，檢查前少吃產氣食物並禁食八小時。
- ◇ 肝組織切片，用以評估局部性的病灶或有無異常。
- ◇ 放射線同位素肝掃描。
- ◇ 食道鏡檢查，查是否有肝硬化合併症—食道靜脈曲張。

## 肝硬化併發症

- ◇ 腹水：腹痛、腹脹、嘔吐、食慾不振、水腫、呼吸困難、下肢水腫、血清白蛋白下降。
- ◇ 食道靜脈曲張：易出血破裂。
- ◇ 肝昏迷：早期有明顯的欣快感，不合宜的舉止、疲倦、嗜睡、情緒不穩；較深度者則對人、時、地會混淆不清、木僵及昏迷等。

## 飲食注意事項

- ◇ 初期肝硬化：採用高醣飲食（例如：食物可用果汁加醣、糖果、水果）
- ◇ 高蛋白飲食（例如：魚、肉、蛋、牛奶、乾酪）；但若一旦發生肝昏迷現象，應立即限制蛋白質（35mg／天）
- ◇ 併有食道靜脈曲張者，應避免粗糙、堅硬、過燙的食物且細嚼慢嚥。
- ◇ 合併有腹水、水腫之病人應採低鹽飲食，若有水份滯留、尿量減少現象，則需嚴格控制水份配合低鹽飲食，每日磅體重。
- ◇ 若食慾不振則鼓勵少量多餐。

## 日常生活注意事項

- ◇ 規律生活。
- ◇ 充份休息，避免疲倦及過份激烈之運動。
- ◇ 使用軟毛牙刷，以免牙齦出血。
- ◇ 保持大便通暢，觀察大便之顏色並預防便秘，因為便秘往往是造成肝昏迷的原因之一。
- ◇ 戒煙、戒酒。
- ◇ 遵照醫師指示服藥，勿私自服用成藥。
- ◇ 預防感染，儘量避免出入公共場所。
- ◇ 若有傷口出血，應以較長的時間壓迫止血。
- ◇ 注意有無出血徵兆（臉色蒼白、頭暈、脈搏變快、冒冷汗、解黑色大便）。
- ◇ 定期返院門診追蹤。



員郭醫療社團法人員郭醫院 祝您平安健康！

電話:04-8312889 分機 1127、1123 地址:彰化縣員林市員林大道六段 51 號