

## 肝硬化 Liver cirrhosis

### 一、什麼是肝硬化：

肝硬化是指肝細胞反覆發炎、造成肝細胞的纖維化，彈性降低，壓力加大，甚至造成血液流向的改變。肝細胞因而不能維持正常的功能，使得代謝、解毒等功能降低而造成的肝疾病

### 二、原因：

- (一) 酗酒
- (二) 慢性肝炎，尤其是 B 型、C 型和 D 型肝炎病人易造成肝硬化
- (三) 化學藥品中毒
- (四) 肝臟之代謝異常，例如：威爾森氏病
- (五) 膽結石所造成的膽道性的肝硬化
- (六) 心臟衰竭

### 三、症狀：

- (一) 消瘦、噁心、嘔吐、厭食、消化不良、營養不良、腹部積水，下肢水腫、陰囊水腫、腹部血管明顯、黃膽、茶色尿、皮膚癢、貧血、皮膚黏膜易出血、脾腫大、手掌發紅（硃砂掌）、蜘蛛形血管痣
- (二) 食道靜脈曲張、胃靜脈瘤、痔瘡與直腸靜脈瘤
- (三) 男性病人有性慾減退、睪丸萎縮、陽萎、陰毛稀少、男性女乳化
- (四) 女性病人有月經失調、停經、不孕

### 四、臨床處置：

- (一) 增加肝臟的功能：
  1. 急性期需臥床休息
  2. 減少並去除對肝毒性的藥物
  3. 飲食治療
- (二) 控制病情預防合併症：
  1. 腹水：低鹽飲食、限水、使用利尿劑、注射血漿、腹腔穿刺引流腹水、手術治療
  2. 食道靜脈曲張出血：輸血、靜脈瘤結紮術或硬化劑治療、食道球止血、手術治療
  3. 肝昏迷：口服杜化液或留置灌腸、排除或治療誘發因素

### 五、飲食：

- (一) 初期沒有水腫或沒有肝腦病變的病人，可食用營養均衡的飲食
- (二) 有肝昏迷傾向的病人，視病情變化來調整白質的食物；若肝腦病變發

生時，應立即降低蛋白質，甚至無蛋白飲食

- (三)若有水腫及腹水時，須限制鹽份攝取，並注意水分攝入與排出是否平衡
- (四)植物性蛋白質含有較高的支鏈胺基酸，有利於肝腦病變時病情控制，宜適量進食豆製品
- (五)食道靜脈曲張的病人應避免食用粗糙刺激性的食物
- (六)採高糖、高熱量，適量蛋白質及脂肪，足夠的維生素，少量多餐
- (七)若有腹水及腿部水腫時：
  1. 限制鹽份的攝取：避免吃醃製食品，每天的鹽份應少於 2 公克
  2. 適量的飲水：每天少於 1500~2000 c.c.，保持水份之攝取及排出之平衡
  3. 每天定時量體重可以
  4. 下肢水腫，可抬高下肢

## 六、居家照顧：

- (一)注意口腔衛生，促進食慾
- (二)注意每天飲食及每天測量體重和腹圍，來計算排泄量是否平衡
- (三)腹水導致呼吸困難，可使用氧氣及採半坐臥或姿勢
- (四)若有喝酒習慣的人應該要完全戒酒
- (五)注意有無出血的徵兆：頭暈、心跳加快、呼吸喘、臉色蒼白、冒冷汗、吐血或解黑便、血便等都是出血的徵兆，應儘速就醫
- (六)若突然感發冷、發燒、腹痛，可能有感染發炎的情形，應儘速就醫
- (七)肝昏迷的症狀以及預防的方法：
  1. 症狀有嗜睡，動作遲緩，注意力不集中、躁動不安，意識不清
  2. 預防肝昏迷的方法：
    - (1) 應避免吃過量蛋白質含量高的食物
    - (2) 定期排便，每天至少 1-2 次
    - (3) 避免出血應細嚼慢嚥，不吃太粗糙的食物
    - (4) 若有肝昏迷症狀出現應立即求診
    - (5) 不亂服用不明藥物

## 七、參考文獻

李和惠、林麗秋、胡月娟 (2019)·消化系統疾病病人之護理·於林貴滿總校閱，內外科護理學上冊 (六版，653-824 頁)·台北：華杏。