

腹水 Ascites

一、什麼是腹水：

腹水是指腹腔內水分不正常的堆積

二、原因：

肝臟因疾病導致製造白蛋白的功能減低、門脈壓升高、留鹽激素(Aldosterone)分泌增加，並且肝臟去活化能力受損，使得水分滯留引起腹水。可能由腎臟、心臟、肝臟，胰臟等疾病及腹膜腫瘤等引起

三、症狀：

- (一)腹脹、腹圍變大、食慾不振、噁心、嘔吐
- (二)尿量減少、下肢水腫、體重增加
- (三)全身倦怠
- (四)若引起一些併發症，會因腹水過多而影響呼吸

四、臨床處置：

- (一)臥床休息
- (二)限制鹽及水分攝取：鹽一天吃 1-1.5 克，水分一天不超過 1500-2000cc，要遵照醫生的指示
- (三)依醫師指示服用利尿劑，要注意有無低血鉀的副作用
- (四)由醫師依個別情況，予以白蛋白注射、輸血漿或腹腔放液穿刺治療

五、飲食：

- (一)減少產氣食物、並採少量多餐、選擇易消化食物
- (二)避免含鈉之調味品，如：鹽、味精、蒜、醬油、番茄醬、沙茶醬等
- (三)避免醃製食物，如：鹹蛋、皮蛋、醃肉、火腿、臘肉、豆腐乳等
- (四)避免加鹽製成的麵包、餅乾、馬鈴薯片等食物
- (五)嚴格限鈉者，應禁食芹菜、胡蘿蔔、芥菜、波菜
- (六)可用含鈉低的醬油或鹽來代替調味，但須按營養師的指示使用
- (七)補充高鉀食物，如水果（尤其是香蕉、蕃茄）、蔬菜、穀類、花生、瘦肉、魚等

六、居家照顧：

- (一) 多臥床休息
- (二) 保持大便暢通
- (三) 使用利尿劑並觀察是否有噁心、嘔吐、肌肉軟弱、心跳不規律、抽搐、口渴、頭暈等現象
- (四) 記錄攝入與排出量，每天早餐前自行測量體重及腹圍並紀錄，以了解腹水控制的情形
- (五) 保護皮膚，減少肥皂等清潔劑使用，沐浴後塗擦乳液
- (六) 穿著寬鬆的衣服，時常更換，避免潮濕，減少出汗
- (七) 視情況適當運動
- (八) 如有下列情形，應返院就診：發燒、發冷、腹痛、腹圍增加或體重過分增加或降低、大小便帶血等現象
- (九) 定期門診追蹤

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。

No.A0608

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 06 月 30 日修訂