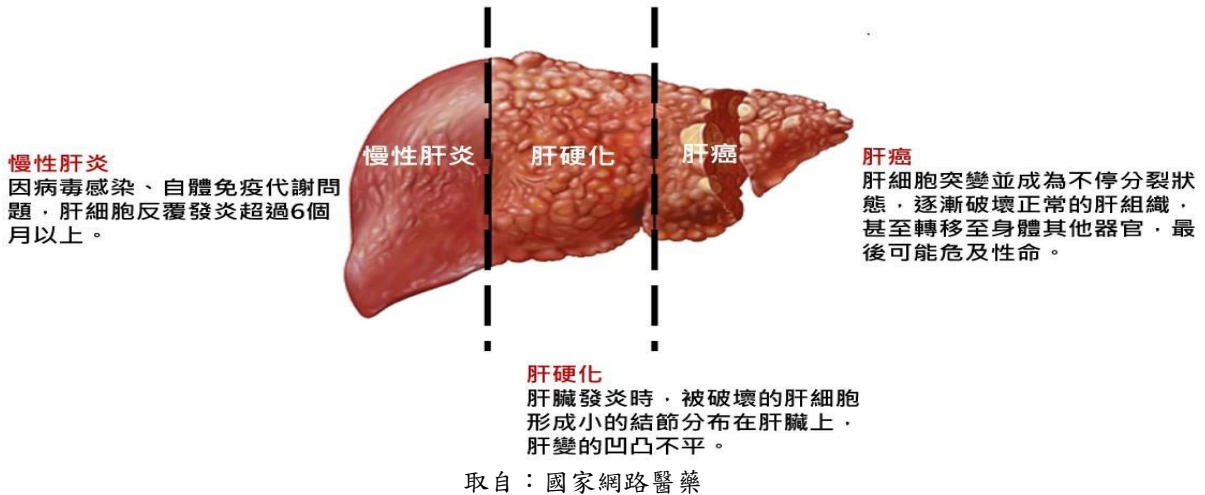


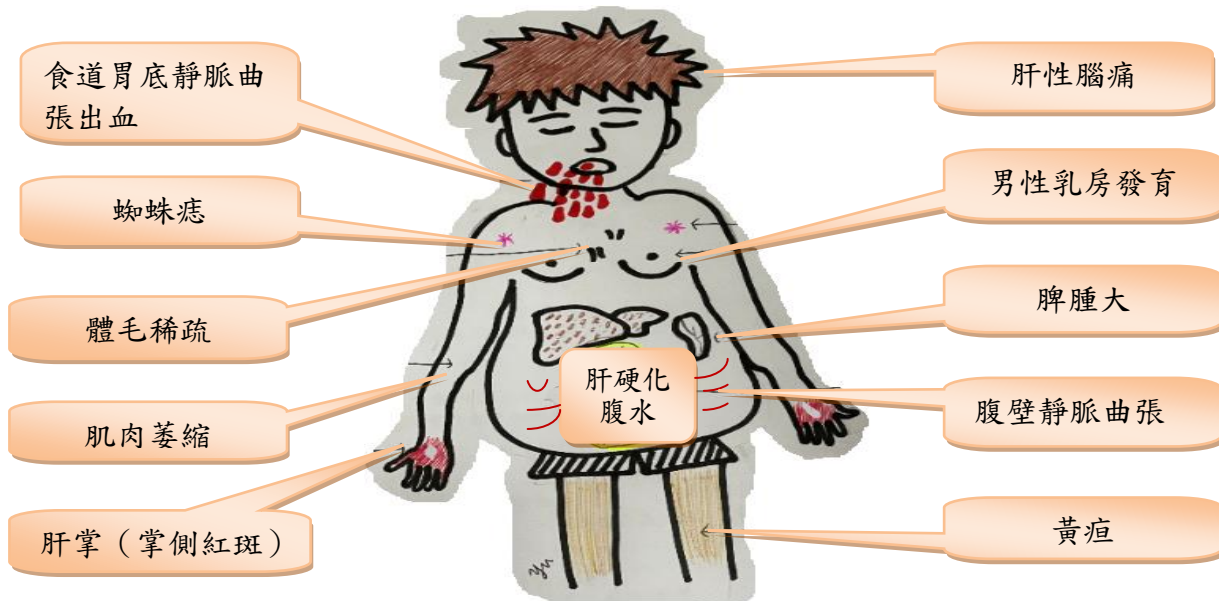
🔍 什麼是肝硬化？

為慢性漸進性疾病：肝組織發炎、肝細胞壞死、纖維組織增生，男性罹病率為女性的兩倍，常見於 40-60 歲，過度飲酒、病毒性肝炎是常見導因

肝病三部曲



🔍 肝硬化症狀：



🔍 分類與致病因素：

分類	致病因素
雷氏肝硬化	酗酒（最常見的病因）、營養不良或肝結節變大
壞死後肝硬化	慢性肝炎（尤其是B型肝炎）、化學藥物中毒、工業性化學劑損傷
膽源性肝硬化	膽結石、膽管阻塞、膽汁滯留於肝臟
心因性肝硬化	心臟衰竭



🔍 診斷：

- ☆抽血檢驗肝臟機能指數：常見肝臟酵素(GOT、GPT)數值升高，血清蛋白質減少，血液凝固作用降低
- ☆腹部超音波檢查、肝切片。

🔍 居家護理：

- ☆按時追蹤：肝硬化、慢性肝炎或肝炎帶原者須每三至六個月接受肝臟超音波及肝功能生化檢查，以早發現早治療。
- ☆定時服藥，不可自行停藥或增減藥量，不可自行服用成藥或是迷信偏方
- ☆飲食：採高熱量、高糖、適量的蛋白質和脂肪及維生素，限制鹽份的攝取，避免吃醃製食品、罐頭類及運動飲料；每天的鹽份應少於5公克，適量飲水，每天少於1000c.c.，保持水份之攝取及排出之平衡
- ☆充足的休息及適當運動例如：散步，但不要太疲倦
- ☆定時量體重、注意小便量和小便顏色；維持排便習慣、如廁後注意糞便顏色
- ☆養成良好的環境衛生及生活習慣避免感染，宜戒酒及戒菸；若有發冷、發燒、腹痛的情形應儘速就醫
- ☆若有下列症狀則立即就醫：
 - 下肢水腫、腹水、尿量減少、體重突然快速上升或下降、食慾差、黃疸、茶色尿、吐血、解血便、發燒及意識改變或昏迷
 - 有出血的徵兆：頭暈、心跳加快、呼吸喘、臉色蒼白、冒冷汗、吐血、解黑便或血便等

參考資料：

蔡麗紅(2018)·消化系統疾病病人的護理·於蔡秀鸞總校閱，最新內外科護理學下冊(六版，1-219頁)·永大。
肝病防治學術基金會(2019，04月15日)·沒有B、C肝也不喝酒為什麼還會肝硬化？。https://www.liver.org.tw/journalView.php?cat=61&sid=777&page=1

陳春偉(2019)·了解肝硬化向它說Bye Bye!·彰基院訊，36(8)，14-15。

國家網路醫藥(2019，08月22日)·B肝帶原卻不知?!恐引發肝病三部曲守護肝臟健康治療「藥」慎選!。
https://www.kingnet.com.tw/knNew/news/single-article.html?newId=43767

