

肝硬化

一、前言

肝臟是人體最大的器官，也是人體內重要的器官之一，肝臟的功能可以製造膽汁，代謝碳水化合物、脂肪、蛋白質，以及解毒作用。肝硬化會導致肝功能減退，如果能配合醫療行為及對食物作適當調整，則可減輕已受損肝的工作負擔。

二、什麼叫做肝硬化？

肝硬化是指肝細胞大量喪失、壞死，造成肝的纖維化、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。

1. 肝臟的解剖位置



2. 造成肝硬化的種種原因：

- (1) 酗酒。
- (2) 慢性肝炎，尤其是 B 型、C 型和 D 型肝炎。
- (3) 化學藥品中毒。
- (4) 肝臟之代謝異常。例如：Wilson's dis-ease（威爾森氏病）。
- (5) 膽結石所造成的膽道性的肝硬化。
- (6) 心臟衰竭。
- (7) 原發膽道性肝硬化。

3. 肝硬化分成那幾種？

- (1) 微小結節（冷內克氏）肝硬化；常發生於慢性酒精濫用者。
- (2) 巨大結節肝硬化；肝炎後或毒素引起。
- (3) 膽源性肝硬化。

(4)心源性肝硬化。

4. 住院時會做那些檢查？

(1)抽血實驗數據：

- 紅血球、血色素、血比容、白血球及分類計數、血小板。
- 肝功能試驗、病毒標記、甲型胎兒球蛋白。

(2)超音波或電腦斷層掃描來監測伴隨的肝細胞癌。

(3)上消化道內視鏡來監測食道或胃賁門部分的靜脈曲張。

5. 肝硬化的診斷

(1)實驗室檢查。

(2)腹部超音波：可看出肝臟的實質形狀、大小、有無腫瘤。

(3)放射線檢查。

(4)放射線核子掃描：可精確測出肝臟的形狀、大小、密度，以探測是否有腫瘤。

(5)腹腔鏡檢查法：觀察肝臟與腹水。

(6)肝生檢：組織病理檢查。

(7)全上消化道內視鏡檢查：食道靜脈瘤、消化性潰瘍、充血性胃病變。

6. 肝硬化的臨床症狀

(1)消瘦、噁心、嘔吐、厭食、消化不良、營養不良。

(2)腹部積水、下肢水腫甚至陰囊水腫。

(3)腹部血管明顯。

(4)食道靜脈瘤、胃靜脈瘤。

(5)痔瘡與直腸靜脈瘤。

(6)黃疸、茶色尿、皮膚癢。

(7)貧血、皮膚粘膜易出血。

(8)脾腫大。

(9)手掌發紅（珠砂掌）、蜘蛛形血管痣。

(10)男性病人有性慾減退、睪丸萎縮、陽萎、陰毛稀少、男性女乳化。

(11)女性病人有月經失調、停經、不孕。

7. 會有那些併發症？

(1)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)肝腎症候群、腎功能不全。

(5)肝細胞癌。

(6)菌血症。

(7)肝腦昏迷時，手向背仰，會發生震顫現象。

三、如何治療肝硬化？

1.藥物治療

(1)視情況服用保肝劑。

(2)有腹水時會服用利尿劑。

(3)禁用不需要之藥物。

(4)有肝性腦病變時，服用壓制腸道細菌滋生之藥劑與緩瀉劑。

2.飲食治療

(1)有腹水時要適當的限制鹽份的攝取，每天鹽份應少於 5 公克。

(2)有食道靜脈曲張時應食用軟質食物，避免吃硬、粗糙食物。

(3)發現有肝性腦病變時，應減少含蛋白質內容物，每天蛋白質攝取量在 20-40 公克以下。

3.其它方式

(1)當有腹水生成時視情況可以下列三種方式促使腹水排出：

- 臥床休息
- 腹腔穿刺抽出腹水
- 輸血漿
- 靜脈注射白蛋白

(2)當有食道靜脈曲張時，可經胃鏡行硬化注射治療或結紮治療。

(3)肝性腦病變為因肝細胞無法將氨轉換成尿素，而使血中氨值增加，故必需使用腸道清潔灌腸。

四、護理指導（出院後要注意那些事項）

1.若有喝酒習慣的人應該要絕對戒酒。

2.飲食治療原則：高糖、高熱量，適量蛋白質及脂肪，足夠的維生素，限制水份及鹽份，少量多餐為原則。若有糖尿病或高血壓的合併症病人，需另外考量，應該以跟醫護人員仔細

討論後的結論為原則。

3.若有腹水及水腫時：

- (1)限制鹽分的攝取：避免吃醃製食品及罐頭類或運動飲料，每天的鹽分應少於 5 公克。
- (2)適量的飲水：每天少於 1000cc，保持水份之攝取及排出之平衡。
- (3)每天定時量體重可以知道水腫及腹水改善的情形，也可以在回診時供醫師參考。

4.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。

5.若突然感到發冷、發燒、腹痛，可能有感染發炎的情形，應儘速就醫。

6.肝昏迷的症狀以及預防的方法：

- (1)肝昏迷的症狀有嗜睡、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：

- 應避免吃過量蛋白質含量高的食物。
- 定期排便，每天至少 1 次。
- 肝腦昏迷病人血中氨（ammonia）升高，醫師常常使用樂多(Lactulose)之液體製劑，用喝或直接大腸灌洗方式，將大腸清洗包括糞便與細菌一起清除乾淨，這是嚴重肝硬化病人必備藥物之一。
- 避免出血應細嚼慢嚥，不吃太粗糙的食物。
- 若有肝昏迷出現應立即求診。
- 不亂服用不明藥物。

7.適度的休息，避免過度運動。

8.最重要的是要定時服藥及定期回診，保持尚存之肝功能，避免併發症發生。