

# 肝硬化之護理指導

修訂日期：110 年 4 月

## ◆ 肝硬化的飲食治療：

一、肝硬化前期：高熱量飲食：食物可加糖、糖果、水果。

高蛋白飲食：增加於、肉、蛋、牛奶等，攝取足夠維生素。

二、肝硬化後期：採低蛋白質飲食，以減少血氨的產生。

如：乳酪、酸乳、雞肉、義大利香腸、火腿、花生醬、馬鈴薯、洋蔥及動物皮等應少吃。

三、併有食道靜脈曲張者，用餐時需細嚼慢嚥，選擇溫和軟質的食物，勿食用粗糙堅硬的食物，以免對食道造成傷害。

四、出現肝昏迷症狀時，需立即降低蛋白質的攝取，避免食用含氮量高的食物：如各式乳酪、酸乳、雞肉、香腸、火腿、馬鈴薯、洋蔥等。

五、併有腹水，需依醫囑限制鹽分的攝取。



## ◆ 日常生活照顧：

一、睡眠與休息：不可熬夜、要充份的休息及睡眠，每日睡眠至少需 8—10 小時，活動以不產生疲倦為原則。

二、皮膚照顧：夏天可以冷水淋浴並選用中性清潔液洗澡，以減輕搔癢，勿用刺激性清潔品。



～ 如對內容有疑問，請洽詢護理人員或醫師 ～

清海醫院護理科

地址：台中市石岡區金星里下坑巷 41-2 號

電話：(04)2572-1694