

衛教編號:GI-004

2015.11.17 訂定

2016.06.20(3 修)

2014.06.01(6 審)



腹水的基本認識



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經腸胃科醫師或護理專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

腹水是指人體腹腔內有超量的液體積存，是嚴重肝臟組織病變常見的一種臨床表現。肝硬化導致腹水發生時常合併有血色素下降，血中白蛋白減少、肢體水腫和少尿的現象。

我們為您介紹腹水的基本認識及居家生活的注意事項：

一、腹水的病因：

腹腔積水超過 500cc 時，外觀可看出腹部鼓脹、肚臍變平或突出，最常見的疾病是肝硬化，造成腹水原因有：

- (一) 由於肝硬化使肝內血管壓力增加，若再加上體內鹽份滯留及血中白蛋白減少的情況下，便會產生腹水了。
- (二) 肝硬化或腫瘤導致門靜脈血液回流受阻，影響內臟器官血循回流壓力增加，而引起腹水。
- (三) 腹腔器官發現惡性腫瘤。
- (四) 充血性心臟衰竭。
- (五) 慢性腎衰竭。
- (六) 腹腔結核病感染。

(七)急性胰臟炎。

二、腹水的影響：

當體內液體積存時症狀有：體重增加、皮膚紋路改變、彈性喪失、尿量減少、腹脹、食慾不振、呼吸困難、甚至有壓迫感等而引起疼痛。

三、 診斷：

利用腹部叩診及超音波檢查診斷是否有腹水。當檢查發現可能有腹水時，可抽出 50-120cc 之腹水送檢查，用於檢查液體外觀、顏色、細胞含量、並做細菌培養及細胞學檢查。

四、治療：

除了惡性腫瘤的肝病變外，肝硬化引起的腹水，隨著疾病好轉時，會減輕或消失，因此，治療的目標主要是改善肝臟功能，同時給予適當水份、飲食控制及藥物治療。

(一) 採低鹽飲食，每日鈉攝取量小於 2000 毫克(約 5 克的鹽等於 1 茶匙)，一般 1 公克的鹽相當於 6cc 醬油、3 公克味精或 5cc 的黑醋；多臥床休息，可以增加靜脈血液回流進而增加全身有效血液

容積。

- (二) 水份的攝取限制在每天 1000-1500cc，或等於您一天排出的尿量。
- (三) 飲食治療無法改善腹水時，需以藥物治療，如使用利尿劑。若利尿劑效果不佳，可使用白蛋白，以增加血管的膠質滲透壓，再配合使用利尿劑加速體液的排出。同時需定期測量血中電解質情形，以避免副作用，如血鉀過低，會全身無力、精神顯倦怠等。
- (四) 嚴重腹水引發呼吸困難、呼吸急促有壓迫感時，需根據病況做治療性腹腔穿刺放液術，將腹水抽出，以減輕呼吸困難。

五、居家注意事項：

- (一) 遵照醫師指定的每日用鹽量及水份攝取量。
- (二) 儘量減少鹽份攝取及食用醃製食品，例如：蜜餞、罐頭水果、醬瓜、酸菜及醃製肉類食品等。
- (三) 烹調食物可以用清蒸、清燉或糖醋方式，選用蔥、薑、蒜等調味材料，以增進食慾。
- (四) 保護腹部及肢體皮膚，避免碰撞損傷破皮引起

感染發炎。

(五)若腹水嚴重影響呼吸功能時，可採半坐臥姿勢以利肺部擴張。

(六)肢體腫脹不適，可以坐臥時抬高水腫肢體，避免站立過久。

(七)穿寬鬆衣服，減少對腫脹皮膚的壓迫。

(八)每日安排固定時間測量體重。

(九)採利尿劑藥物治療者，需定期門診追蹤測量血中電解質情形。

(十)每 2~4 星期門診追蹤檢查。