

衛教編號:GI-002

2005. 11. 17 訂定
2018. 05. 17(3 修)
2016. 07. 15(6 審)



黃疸



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

一、何謂黃疸：

黃疸是因人體正常血色素代謝過程發生改變或膽汁無法順利流至膽道系統，造成血液中膽紅素堆積，引起皮膚、黏膜和眼白等部位發黃的症狀。若吃了過多含黃色素的食物，如芒果、木瓜、柳橙、胡蘿蔔等，也會使皮膚變黃，但這不是真正的黃疸。

二、黃疸的形成：

黃疸的原因是血清中含有過多的膽紅素，而膽紅素是由紅血球分解產生的，經肝臟合成膽汁由膽管排出，因此當肝臟或膽管有病變或阻塞無法順利將膽汁排出時，造成膽汁鬱積，使膽紅素排不出而形成黃疸。

三、黃疸發生常見的原因：

- (一)溶血性貧血。
- (二)肝炎、肝硬化、肝癌。
- (三)膽道結石、膽囊結石。
- (四)膽道的惡性腫瘤。
- (五)胰臟的惡性腫瘤。
- (六)先天性膽道閉鎖不全。

四、可能出現的症狀：

- (一)發燒(急性膽道炎)。
- (二)右上腹部痛，反射到右肩疼痛(急性膽囊炎)。
- (三)由於膽鹽沉積引起皮膚癢。
- (四)茶色尿、灰白色大便(阻塞性黃疸時才會)。
- (五)鞏膜(眼球白的部份)及皮膚變黃。
- (六)厭食、噁心、嘔吐、食慾不振。

五、治療：

尋找造成黃疸的原因並予治療，若為阻塞型黃疸，再進行以下檢查及治療：

- (一) 內視鏡經鼻膽道引流術(ENBD)或逆行性鼻膽道引流術(ERBD)：經由 ERCP (逆行性膽道及胰管造影術)，經鼻將膽管引流管放入十二指腸乳頭內，引流膽管內的膿瘍，再將管子固定於鼻子上，以利膽汁及膿瘍的引流及沖洗。
- (二) 經皮穿肝膽汁引流術(PTCD)或經皮穿肝膽囊膽汁引流術(PTCCD)：在超音波引導下，所放置的一種 T 型管路。經由皮膚穿刺進入，經過肝臟到達肝內的膽管。管子前端分別向上通向肝臟，向下通向十二指腸，形成 T 字型，使淤積的膽汁，

可流向十二指腸及引流至體外。

六、日常生活注意事項：

(一)常見皮膚搔癢問題，照顧方面如下：

1. 剪短指甲，搔癢時勿用手抓，儘量用手臂或掌面輕揉，必要時使用手套或柔軟毛巾。
2. 選擇質料柔軟寬大具吸水性的衣服，避免不透氣、不吸汗的衣料。
3. 用溫水洗澡，清潔用品不含酒精類。
4. 保持室內涼爽舒適，避免長時間的陽光照射。

(二)飲食方面：

1. 採用高蛋白，高熱量、充足維生素及礦物質的飲食，如：雞蛋、牛奶、蔬菜、水果、全穀雜糧類等，但若肝性昏迷時，則需要限制蛋白質的攝取。
2. 水份及鹽份需要有所限制，建議選擇低脂肪、少油飲食，如：低脂或脫脂乳品、去皮魚肉、雞胸肉、豬瘦肉、牛腱肉等。
3. 配合高纖維的食物，如：新鮮蔬果、乾果類、全麥麵包、糙米等，可以預防便秘的情形出

現，因為便秘是肝性昏迷的誘因之一，所以需要特別加以預防。

4. 採用少量多餐，選擇易消化的食物。

5. 禁煙及酒，注意安眠藥物、退燒劑及鎮靜劑之使用，以降低肝臟負荷。

(三) 每天保持心情愉快、適度活動、充足的睡眠、避免過度勞累。

(四) 若黃疸加重、發高燒、右上腹痛疼時，請立即就醫並依醫師指示按時服藥，再定期回診。