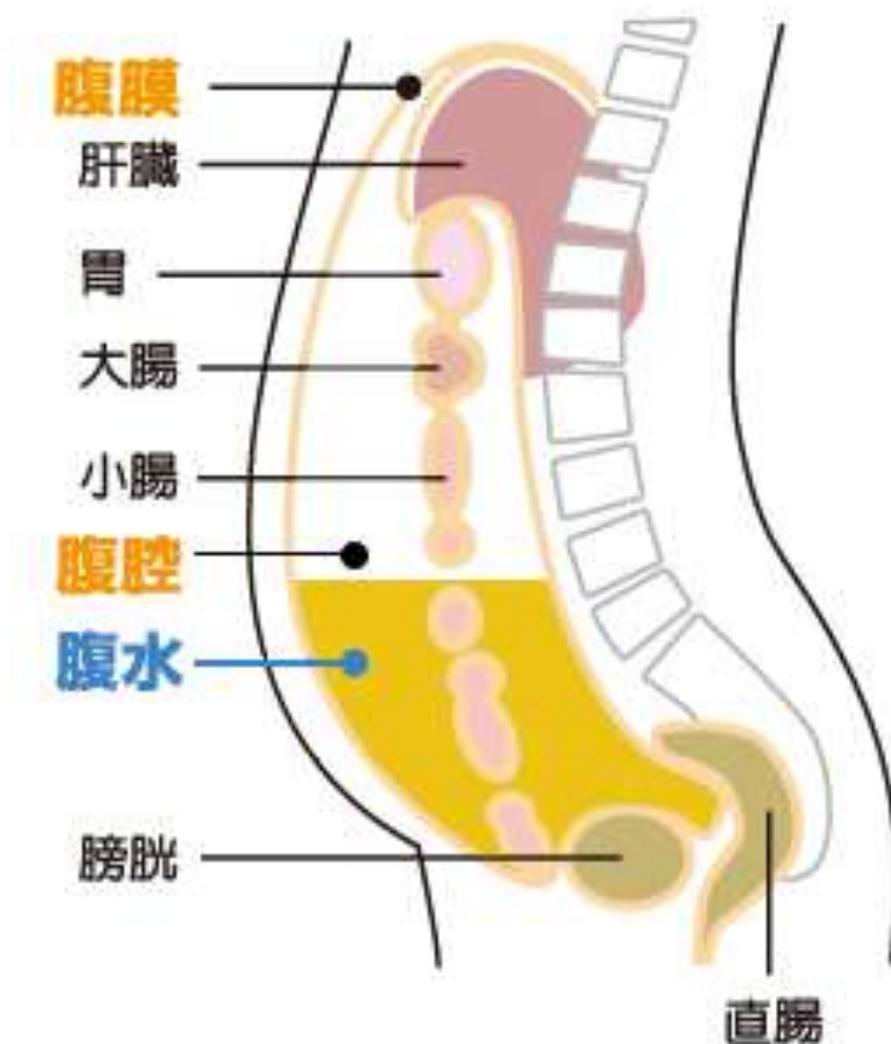




腹水的基本認識



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

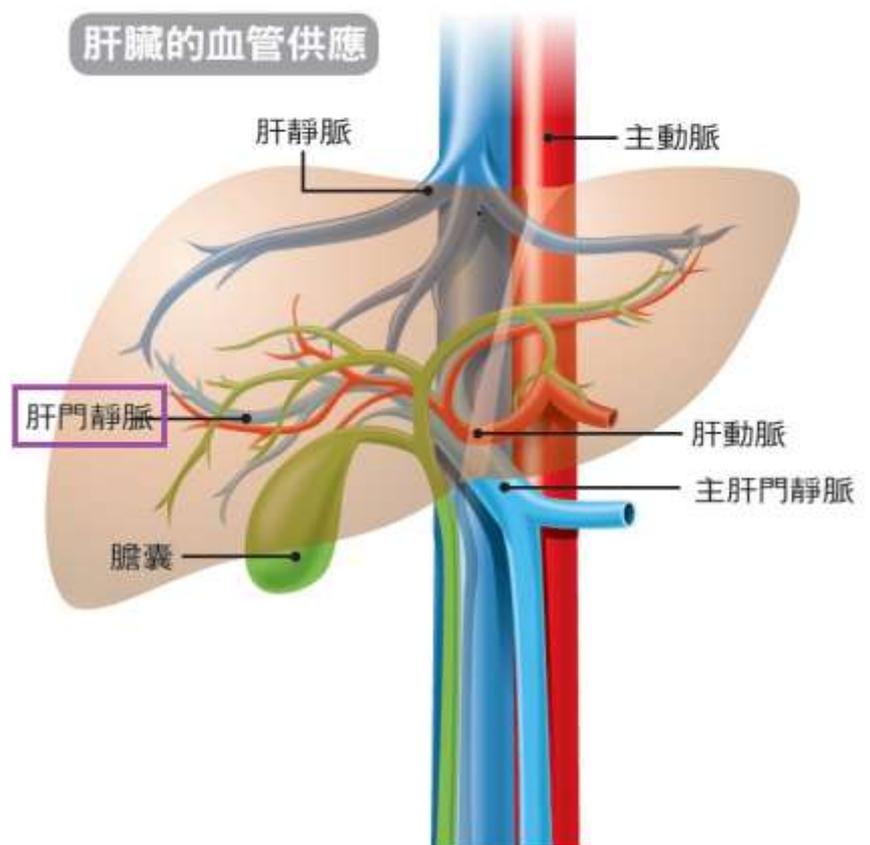
腹水是指人體腹腔內有超過 500cc 的液體積存，為肝硬化常見的併發症。

我們為您介紹腹水的基本認識及居家生活的注意事項：

一、腹水的原因

肝硬化或腹腔器官發現惡性腫瘤，使肝內血管壓力增加，導致肝門靜脈(是一條從胃、脾臟、胰臟、小腸流至肝臟的靜脈)血液回流受阻，影響內臟器官血液循環回流壓力增加。

若體內鹽份滯留及血中白蛋白(肝臟製造的一種蛋白質，存在於人體的血清中，主要功能是維持血液滲透壓)減少，便會產生腹水，當腹水超過 500cc 時，外觀可看出腹部鼓脹、肚臍變平或突出。



二、腹水的症狀

體重增加、皮膚紋路變淡、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。



取自 <https://kknews.cc/health/k356ra8.html>



取自 <https://kknews.cc/health/lm3ypjz.html>



取自 <https://kknews.cc/health/g2b6jvy.html>



取自 <https://ek21.com/news/1/112341/>

三、診斷

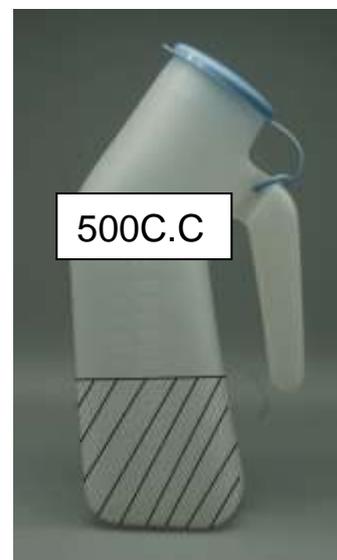
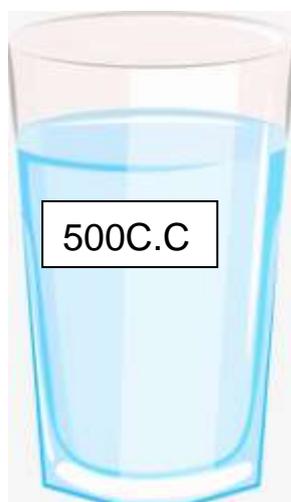
醫師會利用腹部檢查及安排超音波檢查以確定是否有腹水。若有腹水時，則視情況抽取腹水檢驗。



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(食物中鈉含量較正常低，每日攝取量少於 6 公克)，多臥床休息可以減輕水腫，每日水分攝取限 1000-1500cc，或每日解尿量等於當日所飲用的水量。



(二)若飲食治療無法改善時，需以藥物治療，可使用利尿劑及白蛋白，當病況需要時輸注冷凍血漿(採血後 8 小時以上經離心分離之血漿)或新鮮冷凍血漿(採血後 8 小時內所分離之血漿，經急速冷凍而成)，以增加血管膠質滲透壓(調節血管內外水分的交換，維持血容量)，並配合利尿劑加速體液排出。需定期測量血中電解質，以避免副作用，如血鉀過低，會全身無力、精神顯倦怠等。

(三)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(由穿刺針或導管直接從腹前壁刺入腹膜腔抽取腹腔積液)，將腹水抽出，以減輕呼吸困難。

五、居家注意事項

(一)遵照醫師指示的每日用鹽量及水份攝取量。

(二)使用利尿劑者，需注意是否有如低血壓、頭暈、四肢無力等，需定期回門診追蹤血中電解質。

(三)減少鹽份攝取及食用醃製食品，如：蜜餞、罐頭水果、醬瓜、酸菜及醃製肉類食品等。食物烹調可用清蒸、清燉或糖醋方式，選用蔥、薑、蒜等調味材料，以增進食慾。



(四)絕對禁止刺激食物，例如菸、酒、咖啡、濃茶、辣椒。



(五)保護全身皮膚，避免碰撞損傷破皮引起感染發炎。

(六)若腹水影響呼吸時，可採半坐臥姿勢以利肺部擴張。

(七)當肢體腫脹不適，可於坐臥時抬高水腫肢體，避免站立過久。

(八)依個人體力做適當活動，動作宜輕柔，避免快速改變，並注意安全。

六、結論

當腹水發生時會出現食慾不振、呼吸困難等情形，可以藉由腹部叩診、超音波及抽腹水留檢體檢查，可給予適當水份、飲食控制及藥物治療。

七、參考資料

肝病防治學術基金會 (2016)·「腹」水真的難收嗎?· 取自

<https://www.liver.org.tw/journalView.php?cat=6&sid=86&page=2>。

肝病防治學術基金會 (2018.04)·「腹水」的形成原因分兩大類，這項特徵讓你

一秒辨識是不是腹水· 取自 <https://www.liver.org.tw/newsView.php?>

[=3&sid](https://www.liver.org.tw/newsView.php?)