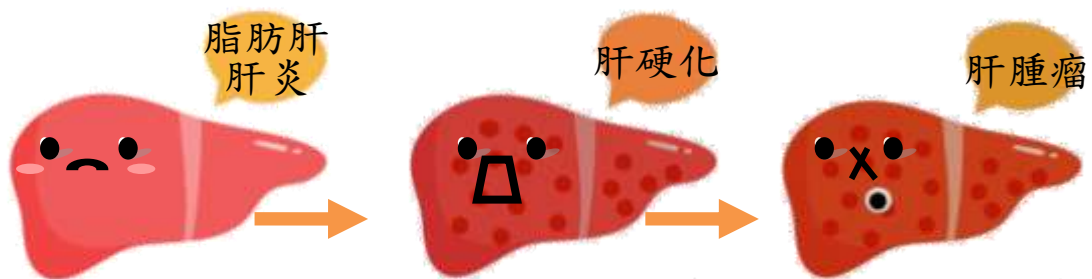




肝腫瘤

一、前言

依據 2021 衛福部死因統計，肝癌為全國主要癌症死因的第 2 位。B 型肝炎有 15-20% 會發生肝硬化，C 型肝炎約 20% 會導致肝硬化，而肝硬化患者每年有 3-5% 會變成肝癌，一般肝臟腫瘤初期症狀不明顯，容易被忽略，因而失去接受治療的最好機會，早期治療效果好，可選擇的方法越來越多，所以肝腫瘤的高危險群應定期追蹤。



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

二、高危險群

- (一)肝硬化病人。
- (二)B 型肝炎及 C 型肝炎慢性感染者。
- (三)慢性肝炎病人：如 病毒性或非病毒性慢性肝炎。
- (四)食用受黃麴毒素污染的食物：如發霉的花生、大豆、稻米等。
- (五)使用不當藥物：使用未經醫師處方之成藥及草藥。
- (六)家族性遺傳因子。
- (七)長時間酗酒

三、症狀



四、檢查

(一)、血液檢查

包括病毒性肝炎標記、肝功能檢查，腫瘤標記(胎兒蛋白 AFP)、異常凝血酶原檢驗(PIVKA-II)等，是篩檢肝癌最簡單的方法之一。



(二)、影像檢查

1. 腹部超音波檢查。
2. 腹部電腦斷層攝影掃描。
3. 腹部核磁共振攝影。
4. 腹部血管攝影。



(三)、病理組織診斷

以肝穿刺方式取肝組織做病理檢查，是診斷肝癌最準確的方法。



五、治療：

肝腫瘤的治療取決於腫瘤的分期，病人的狀態和肝功能情形，早期肝癌以手術治療為優先。

(一) 手術治療

為目前肝癌根治性的主要治療方式，包括肝臟部分切除、肝臟移植手術。



(二) 電燒治療

運用熱能使腫瘤細胞蛋白質凝固及壞死。



(三) 酒精注射治療

利用 95%純酒精將癌細胞內的蛋白質凝固變質，使肝癌細胞缺氧及壞死，適用於小型肝癌，若腫瘤位置太深或其周圍有太多的血管分佈及腹水，或凝血時間太長就不適合。



(四) 肝動脈血管栓塞化學治療及肝動脈灌注

將供應腫瘤營養之血管阻塞停止供血，或合併使用局部抗癌藥物，使腫瘤萎縮或壞死，常見的副作用包括腹痛、食慾不佳、發燒與肝功能受損，一般會在數週內恢復。



(五) 其他治療方式

- 免疫療法：注射藥物活化及增強免疫系統對抗癌細胞
- 放射線治療：使用放射線照射腫瘤，讓腫瘤細胞壞



死，如：電腦刀、光子刀及質子刀等)。

(六)標靶治療

口服標靶藥物，如樂威瑪(Lenvatinib)、蕾莎瓦(Nexavar/Sorafenib)、癌瑞格(Stivarga/Regorafenib)等，抑制腫瘤細胞生長並加速腫瘤細胞死亡，防止其擴散，通常使用於腫瘤已發生轉移或對其他治療無效的晚期肝癌。



六、注意事項

(一)飲食原則：

1. 均衡飲食，少量多餐，高纖飲食；肝硬化病人通常營養不良，每日熱量攝取為體重每公斤 35-40 kcal。範例：若體重 60 公斤每日熱量需 2100-2400 kcal。
2. 碳水化合物應佔每日食物攝取 45%-60%。如：若每日熱量需 2100 kcal，則碳水化合物需 945-1260 大卡，約 4-6 碗白飯。
3. 油脂應佔每日食物攝取 25%-30%，以富含 omega3 為主，如：魚、核桃。如：若每日熱量需 2100 kcal，則油脂需 236-630 大卡，約吳郭魚:200g、核桃 100g。



4. 每日蛋白質攝取為每公斤 1.2-1.5 g；若您體重 60kg，蛋白質應攝取 72-90g。



(圖片取自：照護線上)

5. 蛋白質食物的選擇以植物性蛋白質為佳，如大豆及其製品、蔬菜（馬鈴薯、胡蘿蔔、白蘿蔔、白花椰菜、菠菜、甘藍菜）或水果（香蕉、柑橘、番茄、蘋果），我們會安排營養師給予您飲食指導。



6. 對於嚴重蛋白不耐受的病人，可採低蛋白飲食，補充 BCAA 支鏈蛋白補充劑。



7. 避免食用易受黃麴霉毒素感染的食物：如玉米、小麥、花生、大米、芝麻、葵花籽、棉籽和香料等。

8. 避免攝取醃製及油炸食物

(二)腹水控制：每日早餐前應測量體重，

維持每天增減不超過 0.5 公斤。



(三)疼痛：

1. 舒適的姿勢：枕頭支托或採屈膝側臥姿勢。

2. 轉移注意力：音樂、聊天、娛樂活動等。

3. 口服或注射止痛藥。



(四)皮膚搔癢：

1. 使用中性潤膚乳液。

2. 避免抓破皮膚造成感染發炎。

(五)預防出血：

1. 每日觀察皮膚、黏膜及排便顏色。



2. 食用軟質、無刺激性的食物。

3. 使用軟毛牙刷或棉棒清潔口腔。

4. 使用電動刮鬍刀，避免刮鬍刀刮傷。



5. 避免用力擤鼻子或自行使用肛門栓劑。



6. 定期修剪指甲。



(六)定期追蹤病程發展。

(七)避免便秘：養成每天排便 2-3 次，以排出積存於腸

道中過多的氮，避免發生肝昏迷現象。

(八)當出現吐血或解黑便情況，可能是食道靜脈曲張

破裂所導致，應緊急返院就醫。



七、預防勝於治療

(一) 正常生活作息，避免過度疲勞，保持心情愉快情

緒安定，戒煙及戒酒。



(二) 避免不必要的血液接觸及輸血，以免感染 B 型、C

型或其它病毒性肝炎。

(三) 不吃發霉或成份不明的食物，不隨意服藥。

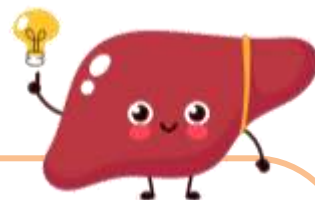
(四) 適度運動增加抵抗力。



(五) B、C 肝炎感染病人，需每三至六個月定期返院門

診追蹤檢查。

八、結論



肝腫瘤預防勝於治療，愈早發現治療效果好，高危險群或已罹患肝腫瘤者，應配合醫師開立的藥物和檢查安排，按時返院追蹤治療，平常也應保持良好的生活習慣、作息規律、保持心情愉快、戒菸酒，並搭配適度的運動以增加抵抗力，才能與腫瘤長期抗戰。

九、參考資料

衛生福利部國民健康署(2022)・肝病簡介・取自：

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=616&pid=1128>

Chakraborty, E., & Sarkar, D. 65(2022). Emerging therapies for hepatocellular carcinoma (HCC). *Cancers*, 14(11), 2798.

Ruiz-Margáin, A., Román-Calleja, B. M., Moreno-Guillén, P., González-Regueiro, J. A., Kúsulas-Delint, D., Campos-Murguía, A., Flores-García, N.C., & Macías-Rodríguez, R. U. (2021). Nutritional therapy for hepatocellular carcinoma. *World Journal of Gastrointestinal Oncology*, 13(10), 1440.

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. B 型肝炎及 C 型肝炎是肝腫瘤的高危險群。

是 否 不知道

2. 肝腫瘤症狀包含：黃疸、腹水、下肢水腫、肝昏迷、吐血、解黑便等。

是 否 不知道

3. 肝腫瘤病人若有不舒服可自行購買成藥服用。

是 否 不知道

4. 肝腫瘤病人應維持正常生活作息，避免過度疲勞，保持心情愉快情緒安定，戒煙及戒酒。

是 否 不知道

5. 肝腫瘤病人應採均衡飲食，少量多餐，高纖飲食。

是 否 不知道