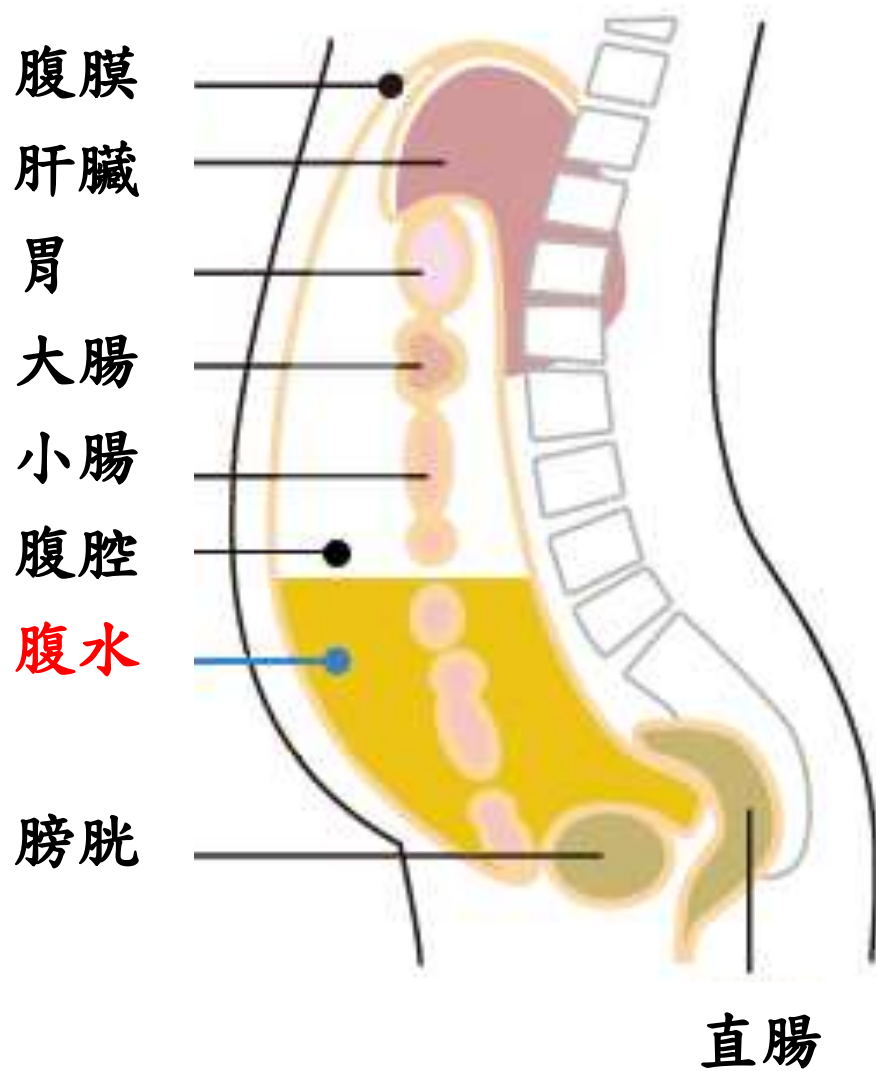




## 腹水的基本認識



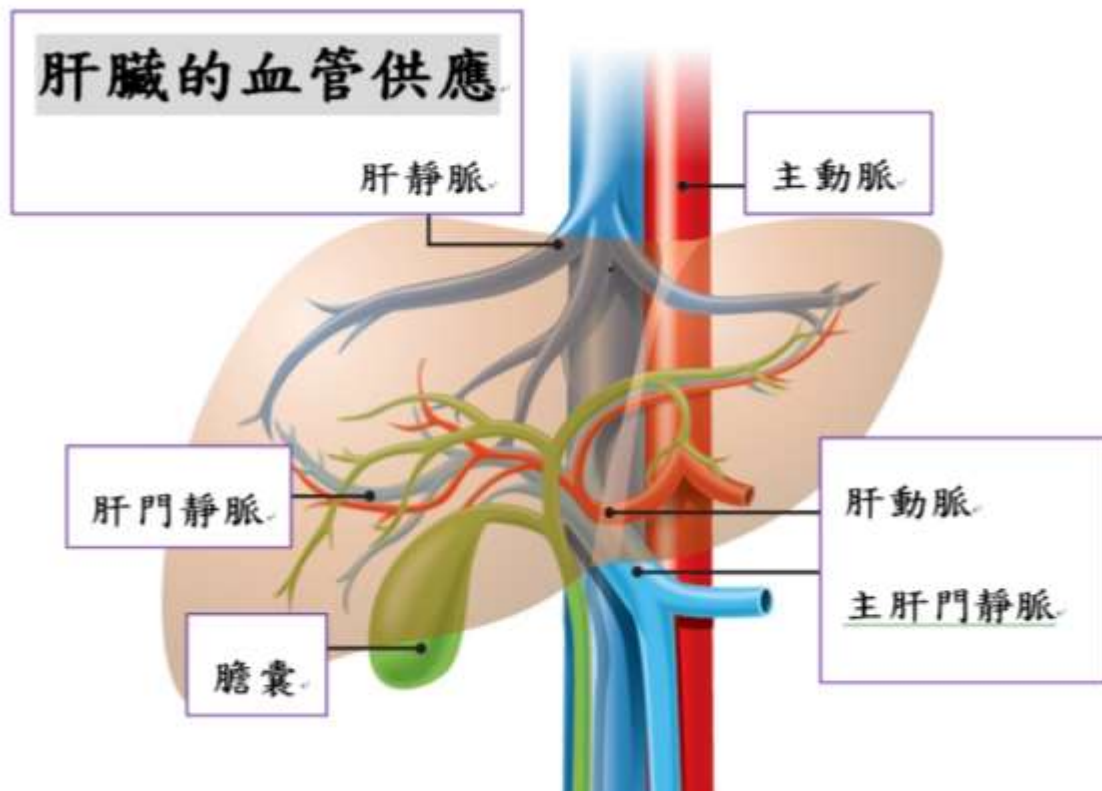
全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經腸胃科醫師檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

## 一、腹水的原因

腹水是什麼？當液體聚集在腹部器官和腹壁之間的空間時，就會產生“腹部液體”，也就是“腹水”。腹水為肝硬化常見的併發症。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，外觀可見腹部鼓脹、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) 水分及飲食控制：

1. 採低鹽飲食(每日攝取量少於 6 公克)。

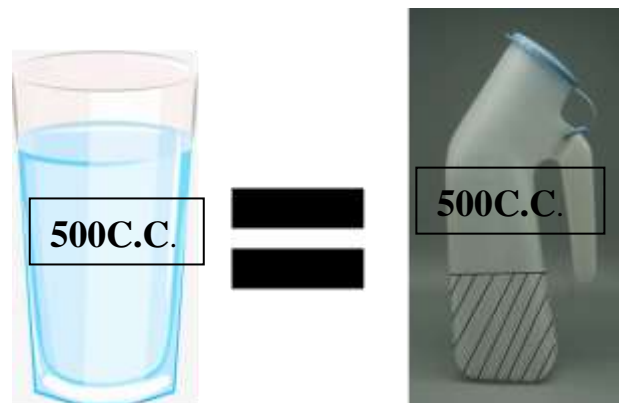


2. 多臥床休息可減輕水腫



3. 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。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) 若腹水影響呼吸時，可採半坐臥姿勢以利肺部擴張。
- (四) 當肢體腫脹不適，可於坐臥時抬高水腫肢體，避免站立過久。
- (五) 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、清燉方式，選用蔥、薑、蒜等調味材料，以增進食慾。



(六) 絕對禁止刺激食物，例如菸、酒、咖啡、濃茶、辣椒，尤其肝硬化腹水的人應戒酒。



(七) 保護全身皮膚，避免碰撞損傷破皮引起感染發炎。

(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。

(九) 每日測量體重，注意體重變化。

## 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 (2019, 9 月 24 日)。「滿腹苦水」很嚴重嗎。 <https://www.liver.org.tw/HEVideoView.php?sid=471>

Bruce, A. R.(2021). Ascites in adults with cirrhosis: Initial therapy. *Up To Date*. Retrieved February 22, 2022 from [https://www-uptodate-com.ermg.vghtc.gov.tw/contents/ascites-in-adults-with-cirrhosis-initial-therapy?search=ascites&source=search\\_result&selectedTitle=2~150&usage\\_type=default&display\\_rank=2](https://www-uptodate-com.ermg.vghtc.gov.tw/contents/ascites-in-adults-with-cirrhosis-initial-therapy?search=ascites&source=search_result&selectedTitle=2~150&usage_type=default&display_rank=2)

Biggins, S. W., Angeli, P., Garcia-Tsao, G., Ginès, P., Ling, S. C., Nadim, M. K., Wong, F., & Kim, W. R. (2021). Diagnosis, Evaluation, and Management of Ascites, Spontaneous Bacterial Peritonitis and Hepatorenal Syndrome: 2021 Practice Guidance by the American Association for the Study of Liver Diseases. *Hepatology*, 74(2), 1014-1048. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/hep.31884>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 腹水為肝硬化常見的併發症。

是 否 不知道

2. 若體內鹽份滯留及血中白蛋白減少，肝硬化病人便會產生腹水。

是 否 不知道

3. 腹水過多會造成尿量變多、腹脹、食慾不振、呼吸困難等症狀，是否正確？

是 否 不知道

4. 在腹水症狀控制，可以採低鹽飲食(每日攝取量少於6公克)，及每日測量體重，注意體重變化。

是 否 不知道

5. 服用利尿劑的病人，如有低血壓、頭暈、四肢無力等症狀，需定期回門診追蹤血中電解質。

是 否 不知道