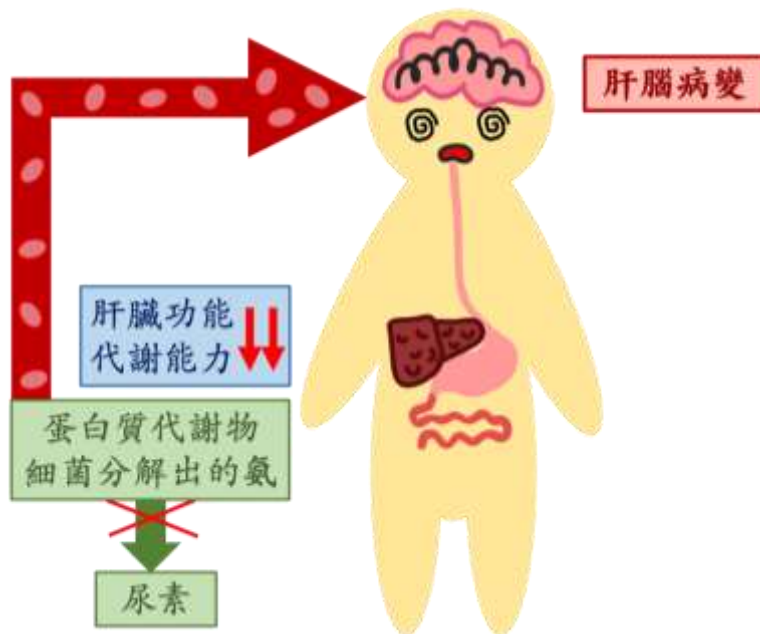




認識肝腦病變

一、什麼是肝腦病變？

當肝臟發生病變，肝細胞壞死或受損，會導致肝臟功能及代謝能力降低，而無法將蛋白質的代謝物或細菌分解出的氨(Ammonia)轉換成尿素排出體外，毒素持續聚積體內，隨著血液達到腦部而傷害中樞神經，引起腦病變（圖一），又稱肝昏迷。

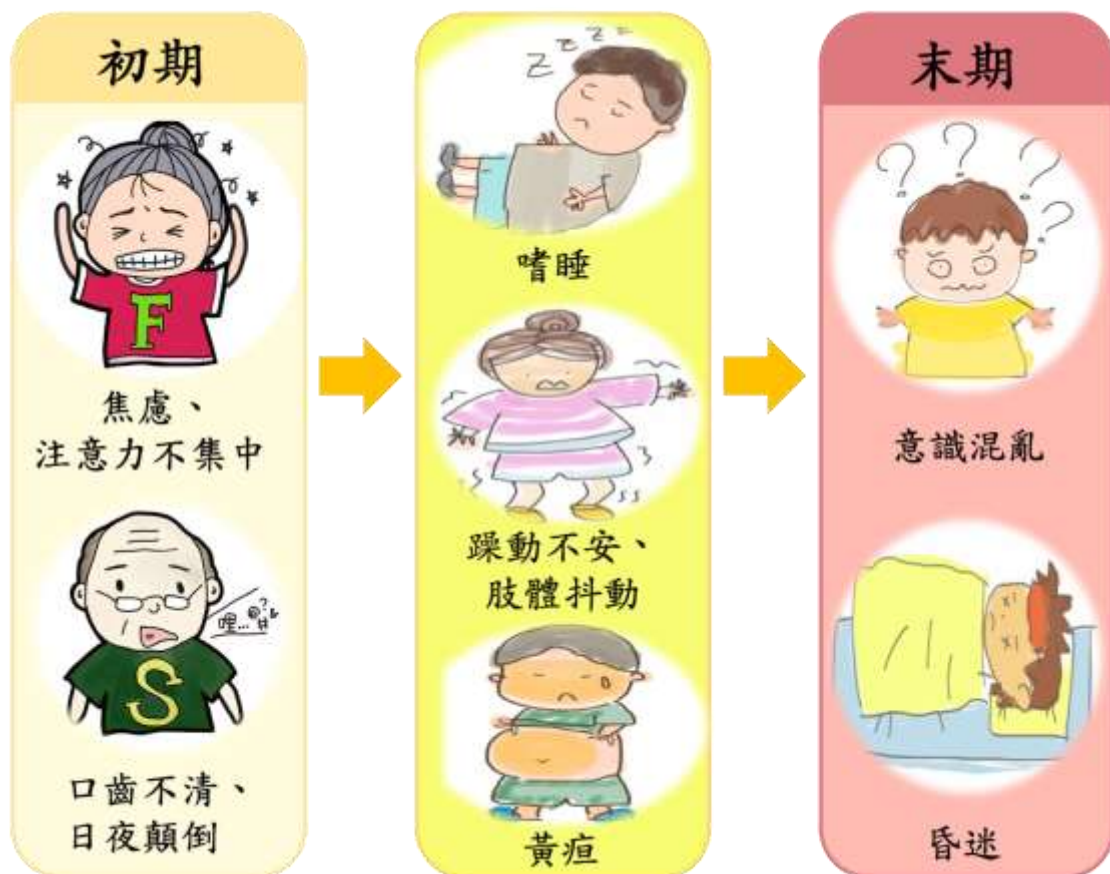


圖一 肝腦病變

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

二、會有那些症狀？

初期症狀，病人會出現興奮、焦慮、注意力不集中、口齒不清、日夜顛倒或睡眠障礙，接著出現嗜睡，精神混亂、躁動不安、手和肢體會呈不規則抖動、肝病異味、語無倫次，末期則出現意識混亂或昏迷。

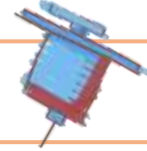


三、檢查有哪些？

肝腦病變的診斷主要著重於臨床的病史詢問，與身體評估。可藉由以下方式輔助診斷：

1. 抽血

- 檢驗血中的氨值濃度。



2. 影像學檢查

- 腦部的電腦斷層或核磁共振，主要是要排除其他腦部的病變導致的意識改變。

四、那些原因會誘發肝腦病變？

肝腦病變的原因有：感染、腸胃道出血、電解質異常、便秘、脫水、低血氧及使用鎮靜安眠藥物等。



五、照護上要注意那些？

(一) 減少傷害，預防合併症及感染發生：

提供安全環境

- 意識混亂時，保護病人安全，避免意外傷害。



保持口腔清潔

- 病人口中發出肝臭味，需保持口腔清潔。



預防壓力性損傷及肺炎

- 每隔二小時翻身
- 背部叩擊，並將頭側一旁，抬高床頭，維持呼吸道通暢。



維持皮膚清潔

- 必要時以 Lactulose 藥物，維持每天排便 2-3 次，勤換尿布維持肛門口皮膚清潔，避免肛門周圍的皮膚受損。

(二) 飲食原則：

說明	參考食物
<p>少食多餐，晚上攝取複合碳水化合物，空腹會分解氨基酸來產生葡萄糖，並產生氨。</p>	<p>燕麥、蕎麥、糙米飯、玉米、綠葉蔬菜、紅蘿蔔、蘋果。</p> 
<p>避免產氨量高的食物。</p>	<p>火腿、香腸、臘肉、乳酪類、花生醬及筋皮類的食物。</p> 
<p>適量的蛋白質飲食。</p>	<p>植物性蛋白質：牛奶、優酪乳；大豆，蔬菜：馬鈴薯、胡蘿蔔、白蘿蔔、白花椰菜、菠菜、甘藍菜。</p>  <p>水果：香蕉、蘋果、柑橘、番茄。</p> 
<p>熱量攝取不足會造成血氨上升，應採高熱量、適量蛋白質。</p>	<p>熱量高：白糖、蜂蜜、水果糖、糖飴。</p>  <p>低蛋白澱粉類：冬粉、米粉、粿條、米苔目、碗粿。</p> 

六、居家照顧怎麼做？

按時追蹤及服藥

- 按時門診追蹤檢查，並定時服藥。



多進食高纖維食物

- 如蔬菜、水果、小麥製品、以利腸胃蠕動。



維持排便

- 每天至少 2-3 次以上。



避免自行服藥

- 如成藥、安眠藥、鎮靜劑及攝取酒精，以免增加肝臟負荷。



維持正常生活

- 避免疲勞。

觀察肝腦病變症狀

- 若發現有肝腦病變症狀，宜儘速就醫。



七、結論

肝腦病變臨床治療的重點還要找出誘發肝腦病變的原因，並且徹底治療，才能預防反覆的肝腦病變發生；平時應配合醫師開立的藥物和相關檢查，按時返院追蹤治療，也應保持良好的生活習慣、規律作息、均衡飲食、維持排便通暢，照護者們應熟知肝腦病變的症狀，當有症狀發生時應儘快尋求醫療協助。



八、參考文獻

- 臺中榮民總醫院(2020)低蛋白質飲食，夠營養嗎。營養室衛教專區。取自：<https://www.vghtc.gov.tw/UnitPage/UnitContentView?WebMenuID=cc34ca9f-87a0-49be-8000-47c6f5574b79&UnitID=7b41af32-e7da-449d-9def-9a90622fa451&UnitDefaultTemplate=1>
- 肝病防治學術基金會(2021)肝病患者蛋白質怎麼吃？。好心肝會刊。取自 <https://www.liver.org.tw/journalView.php?cat=69&sid=976&page=1>
- Peter, F. (2019). Hepatic encephalopathy in adults Clinical manifestations and diagnosis. In T.V.G Hospital, *UpToDate*. Waltham, MA (Accessed on April 20, 2020).
- Peter, F. (2019). Hepatic encephalopathy in adults: Treatment. In T.V.G Hospital, *UpToDate*. Waltham, MA (Accessed on March 31, 2020).

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.肝腦病變又稱為肝昏迷。

是 否 不知道

2.肝腦病變症狀可能會嗜睡、精神混亂、躁動不安、手和肢體會呈不規則抖動、肝病異味、語無倫次等。

是 否 不知道

3.肝腦病變病人時常沒有大便沒關係。

是 否 不知道

4.可進食高纖維食物，以利腸胃蠕動。

是 否 不知道

5.肝腦病變病人應避免自行服藥。

是 否 不知道