



輔英科技大學附設醫院

屏東縣東港鎮中山路 5 號

網址：[//www.fy.org.tw](http://www.fy.org.tw)

營養科電話：

08-8323146 轉 1503

衛教室電話：

08-8323146 轉 1509



慢性肝病（肝硬化） 及肝昏迷飲食

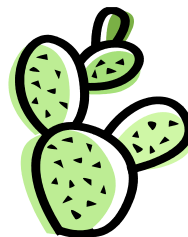
慢性肝病(肝硬化)及肝昏迷飲食

一般原則

1. 對於病況穩定，沒有水腫、腦性病變的病人，可給予適量蛋白質（一公克蛋白質／每公斤體重）、熱量（30~35 大卡/每公斤體重）的均衡飲食。但如果病人是高代謝異化症或營養不良者，可增加熱量的供給（35~45 大卡/每公斤體重）。
2. 對於常有肝昏迷傾向的病人，每天可供應蛋白質 40~50 公克（0.5~0.7 公克/每公斤體重），熱量至少 1600~1800 大卡，一週後若其情況穩定，則可每週增加 10~15 公克蛋白質，直達到每公斤體重一公克蛋白質為止。一旦有肝性腦病變的症狀產生，應即刻將蛋白質的供給量降至每 25~35 公克。如有深度昏迷的情況產生，則應暫時停止供應蛋白質，改以醣類或脂質作為熱量來源，但脂質供應需適量，以避免脂肪吸收不良。



3. 植物性蛋白質因含有較高的支鏈胺基酸(BCAA,如白胺酸 leucine,異白胺酸 isoleucine,纈胺酸 valine)，及較少的甲硫胺酸(methionine)和芳香族胺基酸，有利於改善肝昏迷的情形，可適量食用。
4. 植物性食物提供較多的膳食纖維質，可預防便秘，並減低腸內有害菌之滋生而產生過量的氨。但病人如合併有食道靜脈曲張，必須注意細嚼慢嚥，並避免攝食過於粗糙、堅硬、大塊及油炸、油煎的食物。
5. 由於氨(ammonia)也被視為是造成肝昏迷的因素之一，所以產氨量高的食物應避免食用，如香腸、火腿、腊肉、乳酪、花生醬及筋皮類的食物等。
6. 病人如有腹瀉的情形，應減少脂肪的供應量至熱量的 25%(每日約 50 公克)，並配合食用適量中鏈三酸甘油酯。



7. 若是水腫及腹水的情形嚴重，應先考慮血漿蛋白濃度的維持，並限制鈉的攝取量，每日以 500~1500 毫克鈉為宜(請參閱限鈉飲食)，並且多攝食濃縮之固態食物，注意水分的攝入與排出是否平衡。
8. 當病人服用流失鉀的利尿劑時，如血鉀低於 3.5 毫克當量／公升時，應多食用含鉀高的食物，並配合其他飲食原則。
9. 酒類應絕對禁止。咖啡、紅茶、綠茶等可適量飲用。
10. 適量的攝取點心，以避免夜間空腹時間太長，而引起血糖過低的現象。

