

# 肝硬化護理指導

2020.02制定  
2023.02審閱

## 何謂肝硬化?

肝臟受到病毒、藥物、內毒素、酒精等傷害時，造成細胞壞死，出現廣泛的纖維組織增生與肝細胞再生結節，肝臟變形、質地變硬，稱為肝硬化。

**原因：** 酒精、病毒性B、C型肝炎、膽道阻塞、自體免疫肝炎、藥物及慢性心衰竭等。

**症狀：** 疲倦、虛弱、噁心、食慾不振、胃食道靜脈曲張、體重減輕、腹水、水腫。

## 自我照顧原則：



遠離菸酒



均衡飲食



適度運動



規律生活  
充足睡眠



勿亂服藥物



預防便秘



注射預防疫苗

**肝哪好，人生是彩色；肝哪不好，人生是黑白**

圖片引自google

若有任何疑問，請洽(02)28094661轉2160 淡水社區醫學中心



馬偕紀念醫院  
MacKay Memorial Hospital

關心您的健康