

慢性肝病飲食

■ 定義

本飲食是一種視患者肝臟病變的程度，而予以修正飲食中蛋白質、鈉及水份的飲食。

■ 目的

維持適當的營養狀態，並預防組織異化和各種併發症，如：高血糖症、低血糖症、腹水、水腫、肝昏迷、黃疸、脂肪痢等。

■ 適用症狀

- 慢性肝炎。
- 脂肪肝。
- 肝硬化。

■ 一般原則

- 戒酒。
- 因肥胖、高血脂症、糖尿病或飲酒導致脂肪肝，應減重、控制血脂肪、血糖，並完全戒酒。
- 治療期和恢復期採均衡飲食：蛋白質需要量為每公斤體重1-1.2公克，較正常人稍高，欲達正氮平衡，需要每公斤體重1.2公克以上，熱量為每公斤體重30-35大卡。
- 肝硬化病患宜採少量多餐的進食方式，並食用睡前點心，避免夜間空腹時間太長，預防禁食後低血糖的發生與體組織異化。
- 合併有食道靜脈曲張的病患，必需注意細嚼慢嚥，避免攝食過於粗糙、堅硬、大塊及油炸、油煎的食物，或以流質飲食取代，避免發生便秘。
- 嚴重腹水病患可採少量多餐的進食方式，並選用高熱量密度的食物或配方，以免加重腹脹現象。每天鈉攝取量應限制低於2000mg（見限鈉飲食），如有低血鈉症，限制每天液體攝取量為1.0-1.5L。
- 黃疸不需特別限制脂肪攝取，但當病人因脂肪吸收不良，有脹氣、餐後不適和腹瀉等脂肪痢症狀，宜將脂肪攝取量限制為每天總熱量的15-20%，可用中鏈脂肪酸取代部份膳食中的脂肪，並由靜脈補充脂溶性維生素。



- 發生急性肝腦病變昏迷時，應及時診斷並去除病因，積極的藥物治療勝過不當的限制蛋白質，此時不論是靜脈營養或管灌飲食，蛋白質供應量為每公斤乾體重0.6-0.8g，一旦恢復意識，蛋白質即應逐漸恢復為每公斤乾體重1.0-1.2g的均衡飲食。
- 特殊富含支鏈胺基酸的靜脈營養配方，僅於難控制的肝腦病變患者短期使用。
- 遵醫囑補充適量維生素與礦物質。

- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 3002
- 制訂單位/日期：營養室/114.03.01

本單僅供參考，實際治療以營養師建議為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮