

慢性肝病(肝硬化)及肝昏迷飲食

經營養師檢視

本飲食是一種視患者肝臟病變的程度，而予以適當修正飲食中蛋白質、鈉、水分含量的飲食。

飲食原則：

1. 慢性肝炎治療期和恢復期及穩定期肝硬化：採用均衡飲食，熱量為30~35大卡/公斤/天，蛋白質1~1.2公克/公斤
2. 肝硬化病患宜少量多餐，並於睡前補充適量點心，避免低血糖及體組織異化。
3. 若有合併食道靜脈曲張的病患，應予以軟質，流質飲食，同時須注意細嚼慢嚥，避免過粗糙，堅硬或大塊及油炸或油煎的食物。
4. 嚴重腹水病患可採用少量多餐進食方式，並選用高熱量密度的食物或配方，以減少水分的攝取，並注意水分的攝入與排出是否平均。每日應嚴格限制鈉的攝取量，每日應限制低於2000毫克鈉為宜（請參閱限鈉飲食）。如有低血鈉症，限制每天液體攝取量為1.0~1.5公升。
6. 肝因性黃疸不需要特別限制脂肪的攝取，但當病患因脂肪吸收不良，有脹氣和腹瀉或餐後不適等脂肪痢症狀時，宜將脂肪限制為每天總熱量的20~25%，可使用中鏈甘油酯取代部分脂肪，並遵醫囑適時由靜脈補充脂溶性維生素
7. 若有神智逐漸模糊的傾向，當發生急性肝腦病變，應及時就醫，積極的藥物治療並搭配限制蛋白質為每公斤體重0.6~0.8公克，一旦恢復意識則可恢復均衡飲食蛋白質每公斤體重1~1.2公克。
8. 植物性蛋白質(如：豆腐、豆乾…等豆製品)因含有較高的支鏈胺基酸，有利於改善肝昏迷的情形，可適量食用。
9. 產氨食物應避免，如香腸，火腿，臘肉，乳酪，花生醬，含筋的食物。
10. 攝取足夠的纖維質，避免發生便秘。



林新醫院
臺中市南屯區惠中路三段36號
電話：04-2258-6688#1815



烏日林新醫院
臺中市烏日區榮和路168號
電話：04-2338-8766#1815