

慢性肝病飲食



阮綜合醫院
阮綜合醫療社團法人
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

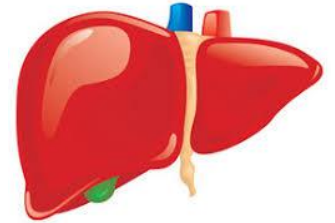
2017/11 製訂

2020/11 修訂第二版

2021/11 修訂第三版

◆ 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、
脂肪痢等產生



◆ 適用對象

1. 脂肪肝炎者
2. 慢性肝炎患者
3. 肝硬化患者

◆ 飲食原則

1. 因肥胖、高脂血症、糖尿病或飲酒導致脂肪肝者應減重、
控制血脂肪、血糖
2. 慢性肝炎治療期、恢復期及穩定期肝硬化者應採均衡飲食
3. 肝硬化病患宜
 - 採少量多餐的進食方式
 - 睡前補充點心，避免夜間空腹太長引起低血糖
4. 合併有食道靜脈曲張
 - 應予以軟質、流質飲食，同時必須注意細嚼慢嚥
 - 避免攝食粗糙、堅硬、大塊及油炸、油煎的食物

5. 嚴重腹水症狀

- 少量多餐方式進食
- 選用高熱量密度的食物或配方，減少水份的攝取
- 每天鈉攝取量應限制低於 2000 毫克

6. 有黃疸現象

不需特別限制脂肪攝取，但如有腹脹、腹瀉等脂肪痢症狀時，需減少油脂攝取量

7. 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蛋白質限制，植物性蛋白質有利於改善肝昏迷，可適量食用

應避免之食物 X		可遵從之原則 O
禁止飲酒 	避免生食 	均衡攝取六大類食物  每日飲食指南
刺激辛辣、醃製類 	加工類食品 	足夠纖維質避免發生便秘 