一、為什麼會發生肝昏迷

肝臟是全身的解毒中心，它會將體內原本產生的有毒廢物代謝並排出體外，而一旦肝臟硬化或衰竭時便無法執行此項功能，使得有毒廢物蓄積體內，其中「氨(Ammonia)」會滲入腦部，抑制中樞神經，因而導致肝昏迷現象。

二、可能引起肝昏迷的原因

最常引起肝昏迷的原因為：感染、出血(如：腸胃道出血)、便秘及大吃大喝，尤其是肉類，因為這些原因皆會導致蛋白質堆積，以致「氨」增生。

三、發生肝昏迷時的症狀

初期會感到疲倦、頭暈、躁動不安、注意力不集中、記憶力減退、行為異常及睡眠型態顛倒等症狀，嚴重者則會完全昏迷不醒。

四、肝昏迷的治療原則

肝昏迷病人的治療目標主要是矯正體內氨代謝不平衡的狀態及控制疾病的進一步惡化，通常醫師會使用藥物及灌腸來促使氨的排出。

五、常用的藥物

1. Neomycin 藥物：為抗生素的一種，可抑制腸道內細菌的產生。
2. Lactulose 藥物：為緩瀉劑的一種，可促使糞便排出，避免因便秘所導致的氨分解，可有效預防肝昏迷。服用此藥時，偶有噁心、腹痛及腹瀉的情形，若有上述情形，可與醫師討論調整藥量，切勿自行停藥。

六、肝昏迷的預防

1. 採取低蛋白飲食可由每天 20 公克蛋白質開始(0.5 克蛋白質/每公斤體重),視病人清醒程度慢慢添加，每 3-5 天增加 5-10 公克蛋白質, 直到 1 克/每公斤體重。肝硬化病人通常營養不良，蛋白質限制與會增加死亡率，因此肝性腦病病人通常不應限制蛋白質攝入。
2. 避免含氨量高的食物，如各式乳酪、火腿、香腸、花生醬、臘肉、馬鈴薯、洋蔥、動物膠等，應該避免食用。

3. 選用植物蛋白，如黃豆製品之豆腐 、豆漿、豆皮及奶製品及乳製品替代魚或肉中的蛋白，可以改善肝昏迷情形。

4. 禁止飲用酒精類飲品，咖啡、紅茶、綠茶等可適量。

5. 避免腸胃道出血，進食時應細嚼慢嚥，食物選擇以軟質易消化為主，並避免攝取過於堅硬及油炸性的食物。
5. 多攝取膳食纖維，養成定期排便的習慣，最理想的狀態為一天排便 2-3 次左右。
6. 預防感染，平時應多注意個人衛生及避免傷口的形成。
7. 鎮靜劑會誘發肝昏迷的產生，須避免使用。
8. 定期回診並按時服用醫師所開立的藥物。

宏恩醫療財團法人宏恩綜合醫院　關心您