

胰臟炎之護理指導

一、認識胰臟：

胰臟位於胃的後下方，是一個消化器官，功能是消化澱粉類及脂肪類的食物。

二、什麼是胰臟炎？

- 1.急性胰臟炎：是一種急性炎症過程的疾病，因胰管阻塞，造成胰臟所分泌的酵素無法通過，導致器官本身自我溶解，好發於中年男性，常在假日大量喝酒引發，女性則因膽結石引發。
- 2.慢性胰臟炎：一種慢性漸進性過程的疾病，大多因急性胰臟炎引發，最後導致胰臟纖維化及壞死，好發 50-60 歲。

三、胰臟炎的症狀？

1.急性胰臟炎

(1)腹痛：在發作 24 小時內，左上腹疼痛會放射到背及上腹劇痛，劍突下回縮痛，進食脂肪類會疼痛加劇。休克為早期致死原因。

(2)體重減輕、噁心、嘔吐、發燒。

(3)皮膚顏色：黃疸、卡倫徵象(腹部和肚臍出現藍色現象)、透納徵象(腰窩出現瘀斑)。

(4)腸蠕動音減少

(5)呼吸困難、端坐呼吸。

2.慢性胰臟炎：腹痛、脂肪痢、惡臭味脂肪便、黃疸、血糖高。

四、為什麼會得胰臟炎

- 1.酒精中毒。
- 2.膽道阻塞或結石。
- 3.腹部鈍傷或穿刺傷。
- 4.血內脂質過多、副甲狀機能亢進。
- 5.手術：膽道切除術、部分胃切除術、胰臟切除術。
- 6.遺傳。
- 7.糖尿病。

五、住院期間的治療與措施？

- 1.臥床休息以協助發炎細胞早日癒合。
- 2.急性期醫師會視病況放置鼻胃管，抽取胃酸，以減輕胃部的脹痛不舒服。
- 3.注意飲食的調整，採高蛋白、低脂肪飲食，及避免酒類、咖啡、可樂以

減少刺激性食物的攝取，若於禁食時期，則改由靜脈輸入營養素。

4.以制酸劑中和胃酸，如：胃乳劑。

5.以鎮靜劑來減輕情緒的焦慮，如：安眠藥。

6.如果疼痛厲害，醫生會考慮用止痛針來控制疼痛。

7.以抗生素治療炎症，並預防膿瘍的形成。

8.若以上保守療法仍無效，黃疸持續不退或出血時，則需考慮改用外科療法。

9.若是膽道結石引起的胰臟炎，需先待炎症控制消腫後，再行手術取出結石，先取出膽道結石，再做胰臟的治療。

六、日常生活中應注意事項

1.急性期須禁食，改由靜脈給液，直到可進食為止。

2.慎選飲食是非常重要的，胰臟炎的復發與飲食有相當密切的關係。

3.攝食低脂肪且不產氣食物，並由少量開始逐漸增加到能忍受的量。

在飲食方面：

(1)低脂肪食物—肉類應選用瘦肉部份，而瘦肉含脂肪的多寡，依序為：
豬肉>羊肉>牛肉>蛋>鴨肉>魚>雞肉。

(2)產氣食物—地瓜、馬鈴薯。

(3)適宜的烹飪方式為清蒸、清燉、水煮、滷、涼拌、燴、烤等。

(4)可增加主食類如：米、麵食、蔬菜類，以補充因限制脂肪而減少之熱量。

(5)避免咖啡、茶酒、香料和辛辣的食物。

七、定期返院抽血檢查，並按時服用藥物。

八、改變生活型態，勿熬夜，保持心情愉快，充份休息的規律生活。

國軍左營總醫院 護理部 關心您的健康

如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機