

認識膽囊炎

膽囊炎可分為急性和慢性膽囊炎。好發於女性，尤其是肥胖者、家族有膽道疾病及生活型態較靜態者。

一、症狀：

1. 急性膽囊炎病人常有右上腹部或上腹部疼痛，且有時會反射至右肩部或肩胛處，按壓膽囊部位出現反彈性壓痛和 Murphy's sign(吸氣時疼痛加劇而中止吸氣)、食慾不振、噁心、嘔吐、黃疸、發燒或進食大餐或高脂肪食物後感到疼痛、脹氣。
2. 慢性膽囊炎患者則有灰色便、黃疸、茶色尿、體溫升高、心搏過速、皮膚搔癢、嘔吐、脫水徵象、心灼熱感、消化不良、脹氣、體重下降等症狀。

二、治療方法：

1. 急性發作期需暫時禁食，不可吃任何的東西。
2. 為避免造成脫水或身體電解質的不平衡，醫生會依需要開處方幫您注射靜脈輸液。
3. 醫生會視病況幫您插入鼻胃管來減輕您腸胃道的脹氣。
4. 醫生會依需要使用止痛劑來幫您減輕疼痛，及使用抗生素來減輕膽囊發炎症狀。
5. 通常會先至放射科放置一條管子在總膽管內引流(經皮穿肝膽攝影及引流術)，手術後第 10 天，會做膽道攝影，當確定膽汁順利流入十二指腸後，就可以拔掉引流管。若病況未改善，經醫師評估後需要考慮切除膽囊。

三、飲食注意事項：

1. 限制脂肪食物的攝取，如應避免攝取全脂奶粉、奶油、冰淇淋、乳酪製品、動物肝、腦、腸、蛋黃及辛辣、油炸食物等。
2. 少吃高膽固醇食品，儘量少吃肥肉，多吃魚、瘦肉，可降低中性脂肪及血中膽固醇。烹調方式可用清蒸，少用油炸。
3. 少量多餐進食，切勿暴飲暴食，以減少消化系統負擔。
4. 多攝食纖維多、熱量低之蔬果類。
5. 慢性膽囊炎建議採長期低油飲食。

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