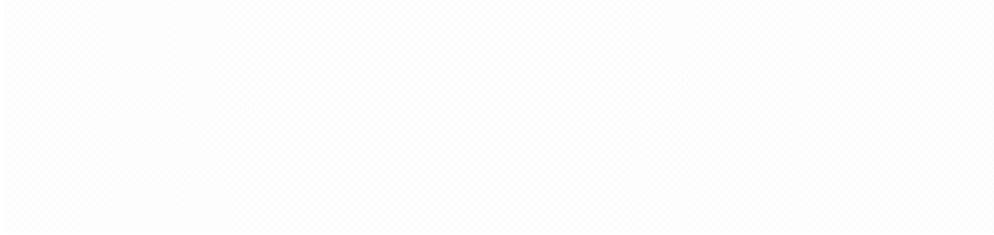


肝硬化患者有哪些饮食禁忌？看这一篇就够了！

2023-10-17原文





攀枝花中心医院
panzhihua central hospital

诚信 仁爱 敬业 创新

深入学习贯彻落实党的二十大精神
踔厉奋发、勇毅前行
为推进医院高质量发展而不懈奋斗



攀枝花中心医院
PANZHUIHUA CENTRAL HOSPITAL

诚信 仁爱 敬业 创新



清廉

大医精诚担使命
廉洁行医守初心

案例：

C先生：一名由于乙肝病毒引起的肝硬化患者，在医院治疗了一段时间后，病情稳定之后就让他回家了，可是回家不到一周，因为大出血

又送到医院紧急抢救，出血是因为什么原因呢？因为肝脏疾病发展到肝硬化很容易出现胃底静脉曲张。

医嘱：出院之前医生告诫C先生不能吃坚果或者比较坚硬的食物。

C先生回家之后，全然忘记了医生的叮嘱，一次突然想吃花生，就吃了一把。我们在吃花生的时候，牙齿基本上不能够将花生磨成粉，一般都是小颗粒的碎片，有的可能还带有棱角，C先生就是因为这个花生碎片的棱角引起了大出血。



那患者有肝硬化的病人应该怎么吃呢？



肝硬化患者的饮食饮食原则

遵循“三高一低”的原则，即高蛋白、高碳水、高维生素、低脂肪。

1、丰富的蛋白质

利于肝细胞的修复与再生、增加抵抗力。



1 个鸡蛋≈7g

100ml 牛奶≈3g

100g 牛肉≈20g



100g 鸡肉≈19g

100g 豆腐≈6.6g

100g 米饭≈2.5g

2、足够的碳水化合物

可避免因肝糖原不足引起的低血糖反应。

这些食物中，都含有碳水化合物（糖类）



糖果



蜂蜜



面条



米饭



杂粮

3、充足的维生素

补充维生素可促进蛋白质吸收、免疫力提升、抗氧化等。

4、适量的脂肪

适量：可帮助肝炎恢复；摄入过多加重肝脏负担。



肝硬化患者“四不”原则

不吸烟



不喝酒



不吃油炸食物



不吃辛辣食物



肝硬化患者饮食禁忌

上消化道出血（门静脉高压）——忌食过硬食物



腹水（水钠潴留）——忌食盐过量



小结

1、肝脏是人体内最大的消化器官，也是最主要的解毒器官。

- 2、肝脏也是个“沉默”的器官，早期发病不易察觉。
- 3、一切从预防做起，在日常生活中去关心它、爱护它。



文章作者

01



段磊

职称：主治医师 肝胆胰诊疗组组长

医学学士（硕士研究生在读）

特长：擅长各类肝病预防诊断治疗、人工肝支持系统血液净化治疗及顽固性腹水浓缩回输技术。

多次参加国内外学术会议，发表论文数篇，主要从事消化肝病临床治疗研究，

现为攀枝花学院医学院讲师，

担任四川省医学会肝病学专业委员会委员

四川省医师协会感染科医师分会委员

四川省预防医学会感染预防与控制分会常务委员

四川康复医学会感染病分会常务委员

四川省生物信息学学会消化微创分会委员

攀枝花市消化专委会常委、秘书

攀枝花市肝胆专委会委员

中国脂肪肝数据管理中心攀枝花市中心医院分中心负责人

慢乙肝临床治愈相关项目负责人（儿童慢乙肝“萌芽计划”，成人“珠峰项目”、“星光计划”）

参考文献：

《2019年肝硬化诊治指南》

《2023年中国肝硬化临床诊治共识意见》



健康咨询
一手掌握

视频号 公众号

攀枝花市中心医院
panzhihua central Hospital

诚信 仁爱 敬业 创新

The banner features a teal background with a hand holding a smartphone displaying a red cross. Surrounding the phone are icons for a thermometer, a pill, a first aid kit, a bottle, and a bandage. Two QR codes are provided for WeChat Video Channel and WeChat Official Account. The hospital's name and logo are at the bottom left, and its motto is at the bottom right.

精选留言

暂无...