



胰臟炎護理指導

1999.06 制定
2024.09 修訂

一、胰臟的位置與功能

胰臟位於上腹部中間，橫位於肝臟及胃臟的後面，是一個扁長狀的腺體，區分為頭部、體部和尾部三部分。具有內分泌功能，分泌胰島素、升糖激素等賀爾蒙調節血糖的高低；也具有外分泌功能，分泌澱粉酶、脂肪酶、胰蛋白酶等消化酵素來分解醣類、脂肪和蛋白質等食物，是人體具有外分泌與內分泌的器官。

二、認識胰臟炎：

可分為急性胰臟炎和慢性胰臟炎：

- (一) 急性胰臟炎：是一種胰臟急性炎症反應的疾病，大多因為胰臟外分泌腺細胞遭破壞或胰臟消化液分泌管阻塞壞死所致。大部分經由內科的支持治療可以痊癒，有少數病患會發展成重症，需入住加護病房，死亡率可高達20%。
- (二) 慢性胰臟炎：是胰臟經過急性胰臟炎的反覆發作後，所產生漸進性發炎的疾病，導致胰臟組織結痂及鈣化，引起胰島素和消化酵素功能障礙，常導致許多併發症。

三、可能造成胰臟炎的原因：胰臟炎最常發生的原因為過量飲酒、膽管結石阻塞，其他如胰臟腫瘤、高三酸甘油血症、高血鈣、自體免疫疾病、腹部外傷、藥物以及不明原因導致胰臟發炎。

四、胰臟炎常見症狀：最常見的症狀為上腹疼痛，並轉移至背部和兩側腹部，坐起軀幹向前彎時可減輕疼痛感，其他症狀有噁心、嘔吐、腹脹、發燒。嚴重者會有臉色蒼白、血壓下降、脈搏微弱、四肢末梢冰冷發紺、盜汗、呼吸喘及血氧下降。

五、飲食方面：

- (一)急性發作時需禁食可能包含開水，減少消化液對胰臟的刺激。
- (二)恢復期由少量米湯、低油流質飲食，漸進至正常飲食。
- (三)平時需保持營養均衡的低油飲食，應多利用蒸、煮、涼拌等料理方式，少吃油炸、油煎的料理。避免攝取飽和脂肪，如：豬油、奶油、椰子油、棕櫚油。減少加工食品及精緻澱粉。
- (四)平時飲食勿暴飲暴食，避免刺激性食物：如辣椒、花椒、咖哩等。
- (五)禁止喝酒或含酒精的飲料，維持理想體重與正常範圍的血脂肪(三酸甘油脂及膽固醇)，以防胰臟炎再復發。

(六)住院期間若需進一步飲食指導，可照會營養師或出院後預約營養師門診。

六、返家注意事項：

- (一)出院後依醫師指示服用藥物、控制飲食及規律作息。
- (二)請配合醫師門診時間，定期返院追蹤。
- (三)如有下列情況，應立即求診：嚴重腹痛、嘔吐、發燒。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務；出院後如有任何疑問，可利用馬偕紀念醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760，新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉311。諮詢時間：週一至週五上午9:00~12:00，下午2:00~5:00。

祝您 平安健康