

慢性胰臟炎返家注意事項

一、前言

胰臟位於胃的後方，當人體吃下食物後，胰臟會分泌酵素來分解蛋白質、醣類及脂肪。同時也會分泌胰島素及升糖機素調節身體中的血糖。當分泌系統提早被活化引起胰臟自體消化即引起胰臟炎，因分泌系統長期受到損傷導致慢性胰臟炎而長期酗酒或是營養不良也是引起慢性胰臟炎的主要因素。

二、日常照護事項

1. 避免食用高蛋白、高脂肪食物，可盡量選用瘦肉，多利用蒸、煮、涼拌等各種不必加食用油的烹調方式。
2. 適時補充脂溶性維生素A、D、E、K 及鈣。
3. 避免含咖啡因飲料(如：茶、咖啡)及刺激性食物(如：辣椒)等。
4. 戒除飲酒嗜好以防胰臟炎再次發生。
5. 無禁忌下建議多攝取水分，保持尿液呈清澈或淡黃色。
6. 依照醫師開立處方服藥勿自行服用成藥。
7. 保持生活規律，避免過度疲勞。
8. 如出現灰白色糞便(脂肪便)、多次腹瀉、腹痛、嘔吐、腹脹、發燒、黃疸等情形應立即就醫回診。

參考資料：

1. 吳麗彬、周繡玲、劉莉妮 (2021)・消化系統疾病之護理・於劉雪娥總校閱，成人內外科護理學（下冊）（八版，301-499 頁）・華杏。
2. 薛復宸、詹其峰 (2022)・高三酸甘油酯血症的診斷與治療指引新進展・台灣家庭醫學雜誌，32 (3)，161-172。https://doi.org/10.56106/168232812022093203002

諮詢電話02-26723456轉6809、6810

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院