

常見症狀

肝臟腫大且壓痛



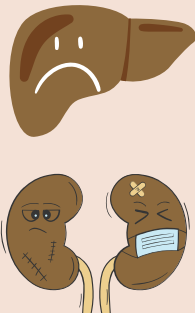
營養不良



腹部壓痛感



肝、腎衰竭



腹水



黃疸



指長期過量飲酒所致的一種肝臟疾病

跟飲酒量（純酒精量）與喝酒的期間有關

而女性喝同量的酒時，比男性較容易變為肝硬化症

病理三部曲：

脂肪肝



酒精性肝炎



肝硬化



且三者常有重疊存在

“酒精性肝炎”



張貼期限：經常
資料來源：衛福部
製作單位：行政中心營養組



台北市立關渡醫院

其他風險因素

性別



遺傳



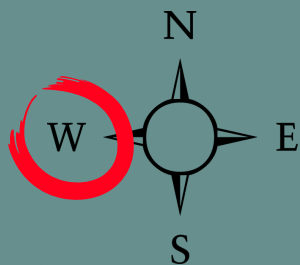
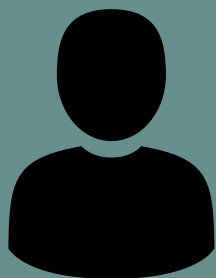
肥胖

快速過量飲酒



過重的重度飲酒者 男性兩小時內喝五杯酒以上
女性喝四杯酒以上

種族和族裔



黑人和西方人

降低酒精性肝炎的風險

1. 飲酒適量（若無法戒酒）



女性和65歲以上的男性



每天最多喝一杯



65歲及以下的男性



每天最多喝兩杯

預防酒精性肝炎的唯一方法是避免所有酒精!!

2. 預防C型肝炎：



3. 服用藥物時請勿飲酒

避免出現併發症



飲食原則



戒酒

!!!

充足熱量

高蛋白

鎂

鋅

高維生素

