

☀️ 黃疸日常生活須知



黃疸是肝、膽、胰疾病常見症狀，
是血液中堆積過多膽紅素 ($>2.5\text{mg/dl}$)
使鞏膜、皮膚及深層組織變為黃色。

原因：因膽汁流動受到阻塞而導致。

1. 肝炎、肝硬化、肝臟腫瘤。
2. 總膽管阻塞、膽管炎。
3. 膽管癌、胰臟炎。



症狀：



眼白(鞏膜)



皮膚變黃



灰白色便



茶色尿



食慾不振



噁心嘔吐



皮膚癢

治療及日常生活須知：

1. 去除病因。

2. 促進肝細胞修復



3. 觀察大小便的顏色



4. 足夠睡眠與休息保持心情愉快穩定。

5. 保持身體清潔、少用肥皂



，洗澡水勿過熱



6. 剪短指甲



，塗抹乳液減少乾燥



7. 避免刺激性食物，要多喝水。