

肝性脑病 (HE) 患者的生活

信息



Your Liver. Your Life.

什么是肝性脑病 (HE)?

HE 是一种发生于晚期肝硬化或严重肝损伤的人身上的一种病情。损伤的肝无法像健康肝脏一样清除毒素（氨）。所以，这些毒素通过您的身体，直达到脑部。然后，这些毒素会影响大脑，从而导致 HE。

如何知道我是否患有 HE?

每个人的症状有所不同。有些人可能没有任何症状，但是病情被家人和/或朋友注意到。HE 的症状取决于您的肝脏疾病的程度。您可能会混淆自己是谁或身在何处。您可能看起来不太对劲，而且可能不知道您在做什么。HE 还可能改变正正常的睡眠习惯。您可能在夜间觉得睡不着，白天却睡一整天。

但是，通过治疗可以控制 HE，而且症状会获得改善，甚至消失。因此，重要的是要照顾好自己，持续一切治疗，以防止病情复发。

如果您认为您或您关心的人患有 HE，请立即告诉医生。

HE 如何与肝病相关联？

肝脏过滤进入人体的一切东西，例如食物、饮料和药物。这些东西在肠道分解为基本物质之后，肝脏将毒素与有用的物质分开。然后，在身体排除毒素之际，肝脏将营养物质和维生素送至血液，供人体使用。

如果肝脏受损，则无法过滤应该过滤的一切东西。这意味着毒素会聚积并进入大脑。大脑中聚积的这些毒素会导致 HE。

请继续阅读本手册，了解治疗 HE 的方法，以及有关 HE 征兆的更多信息。

HE 的征兆有哪些？

HE 具有多个阶段。首先，患上 HE 的人甚至可能不知道患病。患有 HE 的人看起来一切良好。但是，家人或朋友却不这么认为。

患有未加控制的 HE 的人，可能无法开车或从事稳定的工作。他们还可能需要依赖护理人员来照顾他们。在严重情况下，会出现需要住院、陷入昏迷甚至死亡。

知道 HE 的征兆有助于在病情恶化之前加以缓解。如果您或您关心的人开始出现这些征兆，或者已经出现过这些征兆，请立即告诉医生。

HE 的精神症状

- ✓ 健忘和神志不清
- ✓ 判断力差
- ✓ 格外紧张或兴奋
- ✓ 不知道身在何处或者要前往何处
- ✓ 行为不当或人格变化

HE 的身体症状

- ✓ 呼吸时伴有霉味或甜味
- ✓ 睡眠习惯改变（常常夜间醒着，白天睡觉）
- ✓ 字迹变差，或者手部丧失其他小巧的活动功能
- ✓ 双手或胳膊抖动或晃动
- ✓ 口齿不清
- ✓ 移动缓慢或步履蹒跚

HE 分为哪些阶段？

阶段

1

轻微 HE

患者可能存在睡眠问题，难以集中精力。他们的情绪可能大幅波动。可能有写字的困难。

阶段

2

中度 HE

患者可能精神萎靡。他们总是忘记东西，或者有基本的算术问题。行为怪异，而且口齿不清。您可能注意到双手抖动或晃动，而且难以平衡。

阶段

3

严重 HE

患者非常困倦，有时会昏过去。他们根本无法做基本的算术。行动怪异，非常恐惧和神经质。

阶段

4

最终阶段

HE 的最终阶段是昏迷 — 患者丧失意识。

什么会导致 HE 恶化？

当 HE 症状复发并恶化时，也称为“HE 病情复发”。现在并不确切知道为何有些人会发生 HE 病情复发，但下面列出的是一些可能的触发因素：

- ✓ 脱水 — 没有获取足够的水分或电解质
- ✓ 血液中的钠和钾水平低（这会在您脱水时发生）
- ✓ 胃肠出血
- ✓ 感染
- ✓ 便秘
- ✓ 摄入过多蛋白质
- ✓ 对中枢神经系统起作用的药物，例如镇静剂、阿片类药物等
- ✓ 其他药物造成的肝损伤
- ✓ 肾衰竭
- ✓ 肝门静脉分流 — 这是位于肝脏血管中缓解压力的管道
- ✓ 肝癌
- ✓ 潜在肝病的进展/肝硬化

治疗 HE 有何重要性？

不加以治疗，HE 不可能好转。在注意到任何警告迹象时，立即告诉医生。

医生可能给您治疗 HE 的药物。如果提供了药物，请完全遵从医嘱服药，这一点非常重要。

如何治疗 HE？

您可以采取一些简单的措施来帮助改善 HE 的症状。

医生可能要您：

- ✓ 提高血液中钠和钾的水平
（这些是您的身体需要的盐份）
- ✓ 对特定的感染进行治疗
- ✓ 停止服用或调整某些药物
- ✓ 对任何尿路堵塞进行治疗

您可能还必须改变您的饮食。如果您摄取过多蛋白质，医生可能会要求您减少摄取肉类的蛋白质。反而通过水果和蔬菜获取蛋白质会更好一些。这应与您的医师进行讨论。

用于治疗 HE 的药物有哪些？

治疗 HE 最常用的两种药物是：乳果糖和抗生素。

乳果糖是一种复糖。它可以通过导致您产生更多排便或腹泄来发挥作用。这有助于将人体系统中的毒素排出。乳果糖还可以帮助减少在肠道中产生的毒素数量。

乳果糖已显示出在 HE 病情复发期间具有帮助作用，而且还降低病情发生的可能性。

抗生素也是通过减少在肠道中产生的毒素数量来发挥作用。它们阻止在您消化食物时产生毒素的某些细菌的滋生。抗生素通过减少细菌从而减少毒素数量。

有几种不同的抗生素可用于治疗 HE。医生会选择最适合您的一种抗生素。抗生素已证明可以帮助防止 HE 病情复发，而且可以防止患者因 HE 而住院治疗。某些人可能需要服用乳果糖和抗生素。请与医生讨论治疗和管理您的 HE 的最合适方法。

应牢记的有关 HE 的 8 件事情

- 1** HE 发生在患有肝硬化或其它类别严重肝损伤的人身上。
- 2** HE 可能是由于毒素聚积在血液中，然后到达脑部而导致。
- 3** HE 的症状可能反应于精神和身体两方面。
- 4** HE 可能缓慢发展。起初可能注意不到 HE 的症状。
- 5** HE 不会自行好转。症状可能在没有治疗的情况下恶化。
- 6** HE 的治疗宗旨是控制病情，改善健康状况和生活素质，并使病人避免住院。住院治疗 HE 的时间长，而且花费高。
- 7** 乳果糖和抗生素可用于治疗 HE 并防止毒素聚积。
- 8** 通过及时、正确的治疗，HE 的进展会变缓，有时甚至停止。



Your Liver. Your Life.

美国肝脏基金会

www.liverfoundation.org

1-800-GO-LIVER

本手册的印刷由 Salix Pharmaceuticals, Inc
提供资金赞助。

©2013 美国肝脏基金会。保留所有权利。
修订于 2013 年 9 月