

肝癌早期症状

- 1.肝区疼痛，有半数以上病人以此为首发症状，多为持续性的钝痛、刺疼或胀痛，主要是由于肿瘤迅速生长，使肝包膜张力增加所致。位于肝右叶顶部的癌肿累计横膈，则疼痛可牵涉至右肩背部。
- 2.全身和消化道症状，表现为乏力、消瘦、食欲减退、腹胀等，还可能伴有恶心、呕吐、发热、腹泻等症状。



武汉科技大学附属天佑医院肿瘤科

护士站：51228516

医生办：51228518

武汉科技大学附 属天佑医院

/肝/癌/健/康/教/育/手/册

HEALTH EDUCATION

颐养生命

增强体质

预防疾病

肝癌诊断方法

当检查结果满足以下三项中的任何一项，即可诊断肝癌：

- 1.具有两种典型影像学（超声、增强CT、磁共振或选择肝动脉造影）表现，病灶 $>2\text{cm}$ 。
- 2.一项典型的影像学表现，病灶 $>2\text{cm}$ ，甲胎蛋白（AFP） $>400\text{ng/ml}$ 。
- 3.肝脏活检阳性。



肝癌高危人群有哪些？

男性45-74岁，女性50-74岁，符合以下任一条件者，列为肝癌高危人群：

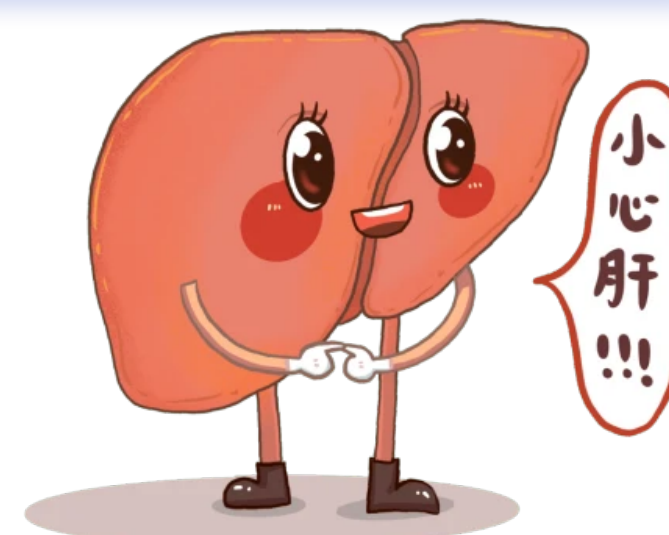
- 1.乙型肝炎病毒表面抗原（HBsAg）阳性。
- 2.丙型肝炎病毒（HCV）感染史。
- 3.肝硬化病史。
- 4.一级或二级亲属有肝癌史。

黄曲霉素是诱发肝癌的高危因素之一。应尽量避免食用发霉的花生，玉米，大米等食物。

酒精性肝炎与肝癌的发生是密切相关的，过度饮酒会导致酒精性脂肪肝→酒精性肝炎→肝硬化，10%-30%的酒精性肝硬化会发展成肝癌。

预防肝癌的方法

- 1.乙型肝炎疫苗接种。
- 2.戒烟和限制饮酒。
- 3.保持健康的体重，避免肥胖、脂肪肝等。
- 4.健康饮食，摄入适量的水果、蔬菜和谷物等。
- 5.定期体检，早期发现问题并及时治疗。



肝癌治疗原则

肝癌常用的治疗方法有手术切除、肝移植、血管介入、放化疗等。早期诊断、早期治疗以手术切除为主，是提高肝癌长期治疗效果的关键。对于不能切除的患者，也要采用多模式的综合治疗，包括放化疗、生物治疗、中医治疗以及姑息性的外科治疗。

化疗后健康教育

饮食指导

食用高蛋白食物，如蛋类、乳类、瘦肉、鱼类及豆腐，多食含维生素及碳水化合物的食物，如西红柿、香菇、木耳、胡萝卜等，绿色蔬菜，水果。禁忌辛辣、刺激、腌制、油炸、生冷等食物。饮水不少于2000ml。

心理指导

指导患者放松心情，树立战胜疾病的信心，保持良好的心态，告知患者不良反应只是暂时的，减轻患者的焦虑和恐惧。



并发症护理

- 1.恶性呕吐：少量多餐，避免饱食感，尽量在晚饭时不喝水不喝汤，进餐前后一小时少喝水或饮料，细嚼慢咽，低脂饮食。
- 2.腹泻：禁食产气和易引起腹泻的食物，如碳酸饮料，豆类，及糖类，禁食油腻食物，少渣低纤维，纠正水电解质平衡。
- 3.便秘：选用高纤维食物多食蔬菜水果，多饮水，适当活动，顺时针按摩腹部。

骨髓抑制护理

在接受化疗期间，定时进行血细胞计数和骨髓检查。保持室内空气新鲜，定时通风。如白细胞低下，应避免与感冒患者接触，陪护限制一人，必要时戴好口罩。

休息指导

化疗期间应保证充足的睡眠，如有睡眠困难，可根据医嘱适当应用安眠药等。睡前用温水泡脚，饮热牛奶可避免或减轻胃肠道反应，如恶心、呕吐等。

