

# 營養療法 有助治療 嚴重肝病

香港有60萬名乙型肝炎帶菌者，其中25%可能會演變成慢性肝炎、肝硬化或肝癌。香港肝癌的死亡率於01年高踞全港癌症死亡率的第二位。事實上，肝硬化和肝癌的醫治較其他癌病的醫治相對困難，這是由於肝臟主要的功能是製造營養和排毒，若肝臟受損，其功能便不可正常運作，導致病患者營養不足，繼而令肝硬化病情更趨嚴重，亦使肝癌病情加劇惡化，病患者生存率也相對減低。因此，近10年來不斷有研究顯示，營養療法對醫治肝病具有重要作用。

撰文：潘冬平醫生  
香港大學醫學院  
外科學系副教授



肝癌死亡率於01年高踞全港癌症死亡率的第二位，在01年因肝癌出院及死亡的人數共有6,606人，同年肝癌新症亦錄得1,637宗。大多數的肝癌與肝硬化有相互關係。

肝臟是進行不同營養物新陳代謝的主要器官，而肝硬化患者多有營養不良和營養新陳代謝的問題，故營養療法對處理肝硬化和肝癌病患者具重要作用。

有越來越多科學例證指出肝病的嚴重性和營養不足之間有相互關係。

臨床研究顯示營養療法能改善肝病患者的營養狀況、免疫力及肝功能，從而改善他們的生活質素，減少發病及入院次數，因此營養療法能幫助肝病患者。

蛋白質和熱量營養不足在慢性肝病中十分常

見，這是由於他們減少進食或身體對養份的消化和吸收能力較差所致。有動物實驗結果顯示，營養不足是令酒精性肝炎演變成肝纖維化之重要因素。

要改善肝病患者蛋白質營養不足的情況和幫助其肝臟再生，補充適當的蛋白質是非常重要的。

因此，嚴重肝病患者需要吸收含氨基酸的特別營養作為補充。

肝切除或肝臟移植是治療肝癌病人最有效的療法，營養支援亦能提高此類病患者的營養健康狀態，從而使肝臟切除或移植手術達至較佳的效果。

## 支鏈氨基酸的應用

支鏈氨基酸(BCAAs)是肝病患者特別需要的一組氨基酸，可直接被人體的腦、心臟和肌肉轉化為能量，同時可促進肝臟的蛋白質合成。動物實驗結果顯示支鏈氨基酸可加快肝臟切除手術後肝臟的再生。

高量的支鏈氨基酸對肝癌及肝硬化的病人有良好幫助，現已應用於肝病治療方面。

02年在《腸內外營養》醫學雜誌發表的「成人和兒童應用腸內外營養的指引」一文推薦含有豐富支鏈氨基酸的食物，和營養品予對藥物療法無效的長期肝性腦病患者，同時建議他們補充肝病患者常缺乏的微量營養素包括維他命A、D、E和K及鋅。

## 營養療法的研究

香港大學醫學院外科學系於02年進行一項支鏈氨基酸應用於肝癌病人的研究，並於今年4月刊登研究結果。

84名年齡介乎24至84歲患有原發性肝癌的病人進行「動脈抗癌化療栓塞術」，其中包括78男6女，「動脈抗癌化療栓塞術」是醫治無法以手術治療的原發性肝癌最普遍的治療方法。

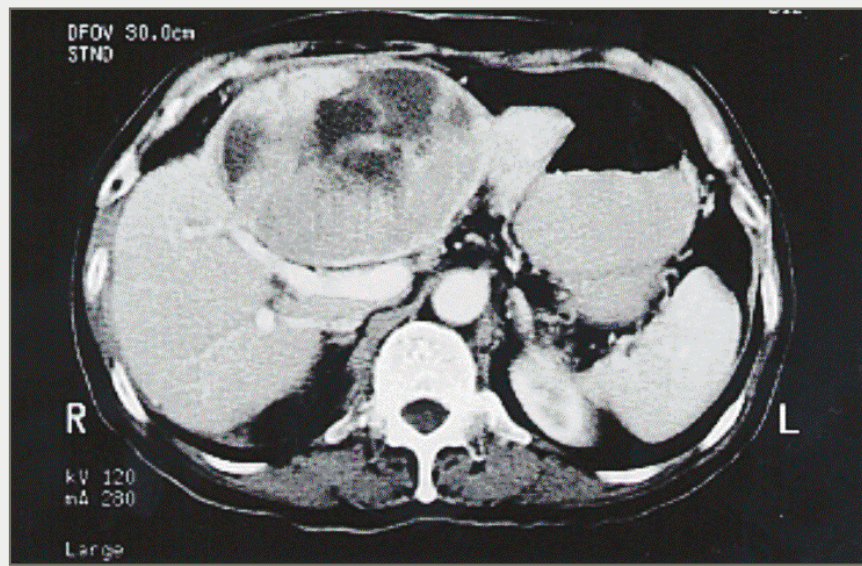
在這84個病例中，其中41人早晚口服各一包含50克支鏈氨基酸(一種專為肝臟病人而製的口服營養品，含有41%支鏈氨基酸及肝病病所需的微量營養素包括維他命A、D、E和K及鋅)。

經過服用一段時間後，病人的情況得以改善，結果

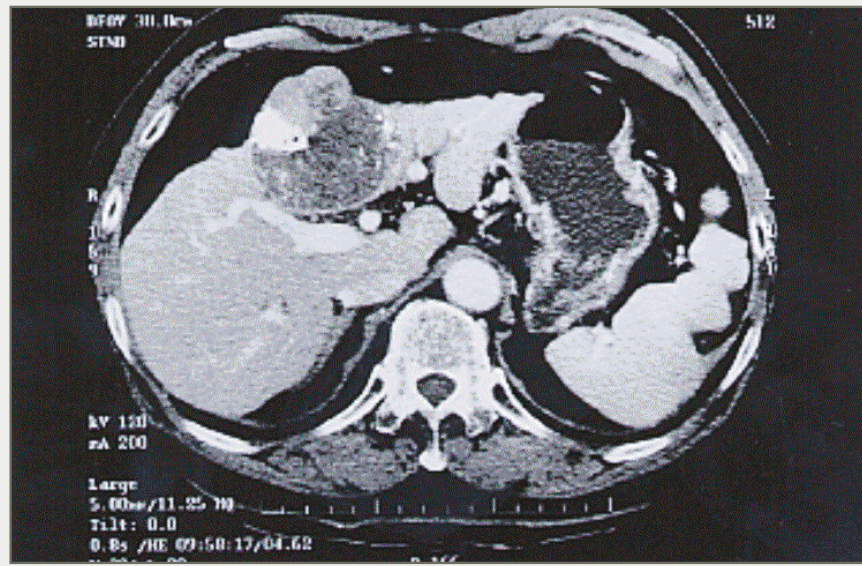
## 動脈抗癌化療栓塞術

應用支鏈氨基酸提供營養支援，對接受動脈化療栓塞治療的肝細胞癌是有益的。

動脈抗癌化療栓塞前



動脈抗癌化療栓塞後



令人鼓舞，實際改進如下：

1. 病人的營養狀況及肝功能有明顯改善，例如較療

程前提高血清白蛋白及降低膽紅素。血清白蛋白是肝功能的一項重要指標，而降低膽紅素能改善黃膽的病況。

2. 減低腹水及周邊性水腫的發病率(若腹水經常增加，會嚴重影響肝硬化病人的發病率)。

3. 減少病人住院次數及發病率。

4. 病人的生活質素及日常活動有明顯改善，例如病人有足夠精神進食和與人溝

通，疲倦感覺減少，食慾增加，末期病人亦因此感覺稍為舒暢。

研究結果顯示高分量的支鏈氨基酸能有效改善肝病患者的營養狀況及肝功能，並減低病患者的病發率。

此外，亦有其他研究報告證實，給予病人適量的支鏈氨基酸，能抑制嚴重肝硬化病人的肝臟進一步衰竭，從而改善病人於肝病末期時的生理及心理質素。

## 營養療法應由醫生推薦

研究雖指營養補充品能有效幫助肝病患者，但公眾人士或肝病患者於自行購買肝臟營養補充產品時應審慎選擇，亦應先諮詢醫生意見。

## 支鏈氨基酸(BCAAs)的重要性

氨基酸代謝的改變或蛋白質失衡是肝病的特徵。肝功能減退使血液中的支鏈氨基酸(BCAAs)、白氨酸(Leucine)、異白氨酸(Isoleucine)、纈氨酸(Valine)降低，及芳香族氨基酸(Aromatic amino acids 簡稱AAA)、苯基丙氨酸(Phenylalanine)、酪氨酸(Tyrosine)、色氨酸(Tryptophan)水平上升，此不平衡加速運送芳香族氨基酸(AAA)通過腦血管障壁，而芳香族氨基酸(AAA)會對腦部造成障礙，令各種神經物質失衡而導致肝性腦病。

## 支鏈氨基酸(BCAAs)對肝病患者有以下的益處：

1. 可作病人的能量來源，尤其當肝病患者的肝功能減退，製造糖能力減低，導致能量來源不足的時候幫助更大。
2. 加速肌肉內的蛋白質合成，抑制肌肉內的蛋白質分解。
3. 增加肝內的蛋白質合成。
4. 化解氨毒素。
5. 降低血液、腦脊髓液和腦部組織的芳香族氨基酸(AAA)濃度，阻止芳香族氨基酸流至腦部而造成障礙，改善肝性腦病。



肝臟主要的功能是製造營養和排毒。