



膽囊瘻肉須知

一、膽囊瘻肉是甚麼？

膽囊瘻肉是膽囊內的突出物，由膽囊壁的黏膜增生所形成的，通常在腹部超音波檢查時被發現，膽囊瘻肉多為良性，其中以膽固醇性瘻肉最常見，其次為腺肌增生性瘻肉、炎性瘻肉和膽囊腺瘤；惡性瘻肉即是膽囊腺癌。膽囊瘻肉好發於肥胖、60歲以上且膽固醇濃度高的人以及有代謝症候群家族史者，瘻肉愈大癌變的機率愈高，因此持續的追蹤非常重要。

二、膽囊瘻肉的症狀

大多數的膽囊瘻肉沒有症狀，一般都是腹部超音波發現，但有時候也會出現膽結石的症狀如腹部疼痛、噁心和腹脹。

三、膽囊瘻肉的治療

膽囊瘻肉多數是良性的，治療的目標為排除惡性的可能，原則上是以瘻肉大小和有無症狀來判斷。當出現症狀、瘻肉大於1公分、年齡大於50歲、合併原發硬化性膽管炎且瘻肉大於0.8公分或大於0.8公分的無梗息肉合併膽壁增厚，膽囊切除手術是最佳的處理方式，若是沒有症狀可依照醫師建議做定期的追蹤檢查。

四、膽囊瘻肉的照護

目前並無預防瘻肉產生的有效方法，但建議注意飲食以預防膽固醇沉積於膽囊。

- (一) 三餐定時定量，避免攝取高油脂與高膽固醇的食物如肥肉、動物皮、內臟、海鮮以及油炸食物。
- (二) 維持理想體重。
- (三) 作息正常不熬夜。
- (四) 不酗酒。