

肝功能異常



一、什麼是肝功能指數（GOT/GPT）？

- 1.GOT（天冬氨酸氨基轉移酶，AST）：主要存在於肝臟、心臟、肌肉等組織。
 - 2.GPT（谷丙轉氨酶，ALT）：主要存在於肝細胞內，對肝臟專一性較高。
- 當肝細胞受損或發炎時，這些酵素會釋放至血液中，導致血中GOT、GPT數值上升。

二、常見的GOT/GPT異常原因

- 1.肝膽疾病：如A、B、C型病毒性肝炎、酒精性肝炎、脂肪肝、膽道阻塞等。
- 2.心血管疾病：如心臟衰竭、門靜脈阻塞、缺氧等。
- 3.藥物與毒物：某些藥物或毒物可能對肝臟造成損害。
- 4.過度勞累：長期過度勞累可能影響肝功能。

三、如何解讀GOT/GPT數值？

- 1.輕微升高（40-100 IU/L）：建議調整生活習慣，1~3個月後複查。
- 2.顯著升高（超過100 IU/L）：應進一步檢查，如B/C型肝炎篩檢、肝超音波、肝纖維化指數等。

需要注意的是，GOT/GPT的高低並不一定代表肝病的嚴重度或預後狀況。例如，部分肝硬化或肝癌患者的GOT/GPT可能仍在正常範圍內。

四、如何維護肝指數健康？

- 1.保持正常作息：避免過度勞累，確保充足睡眠。
- 2.避免不良習慣：不飲酒、不抽煙，避免亂吃成藥或來路不明的藥物。
- 3.均衡飲食：減少油脂食物攝取，控制體重，適度運動。
- 4.定期健康檢查：尤其是B型或C型肝炎帶原者，應按醫師指示定期追蹤肝功能與腹部超音波。

注意藥物使用：使用藥物前應諮詢醫師或藥師，避免對肝臟造成不必要的負擔。

五、何時應就醫？

- 1.持續疲倦、食慾不振：可能是肝臟功能異常的徵兆。
- 2.黃疸（皮膚或眼白發黃）：提示肝臟可能有問題。
- 3.腹部不適或腫脹：可能與肝臟疾病相關。
- 4.尿液顏色變深或大便顏色變淺：可能是膽紅素代謝異常的表現。

