

Alimentación

- Tratar obesidad
- Más verduras, frutas y legumbres
- No azúcar
- No alcohol
- No grasas, queso, embutidos
- El café es beneficioso

Trasplante hepático

- Evaluar trasplante cuando la cirrosis está descompensada
- Para menores de 70 años
- Sin otras enfermedades graves

Cáncer hepático

- El riesgo de cáncer hepático está aumentado en cirrosis
- Realizar ecografía abdominal cada 6 meses

Várices esofágicas

- Realizar endoscopia digestiva alta cada 1 a 2 años
- La hemorragia digestiva puede prevenirse

Actividad física

- Evitar pérdida de masa muscular
- Caminar 10.000 pasos al día
- Ejercicio físico 3 veces por semana 50 minutos cada vez

Enfermedad de base

- Diagnosticar la causa de la cirrosis
- Tratamiento específico para evitar avance de la cirrosis

Prevenir infecciones

- Vacuna hepatitis A y B
- Vacuna influenza
- Vacuna pneumococo
- Vacuna COVID-19

Medicamentos

- Evitar medicamentos que dañan el hígado
- Evitar antiinflamatorios
- Puede tomar paracetamol (máximo 2 g al día)

Terapias alternativas

- Algunas pueden ser tóxicas para el hígado
- La mayoría no tiene beneficio demostrado
- Tomar sólo con autorización de su médico

Cirugías

- Tienen mayor riesgo en personas con cirrosis
- Evaluar riesgo con su gastroenterólogo

Encefalopatía hepática

- Intoxicación cerebral por sustancias que el hígado no elimina
- Disminuir proteínas de origen animal
- Laxantes y antibióticos de acuerdo a indicación médica

Ascitis

- Acumulación de líquido en el abdomen
- Disminuir consumo de sal
- Diuréticos según indicación de su médico



NOTA: Toda la información de esta figura es informativa y no debe sustituir la evaluación e indicaciones de su médico tratante.

© hepatitis.cl – Dr. Alejandro Soza

