

资深专家 图解百病

总主编◎魏保生

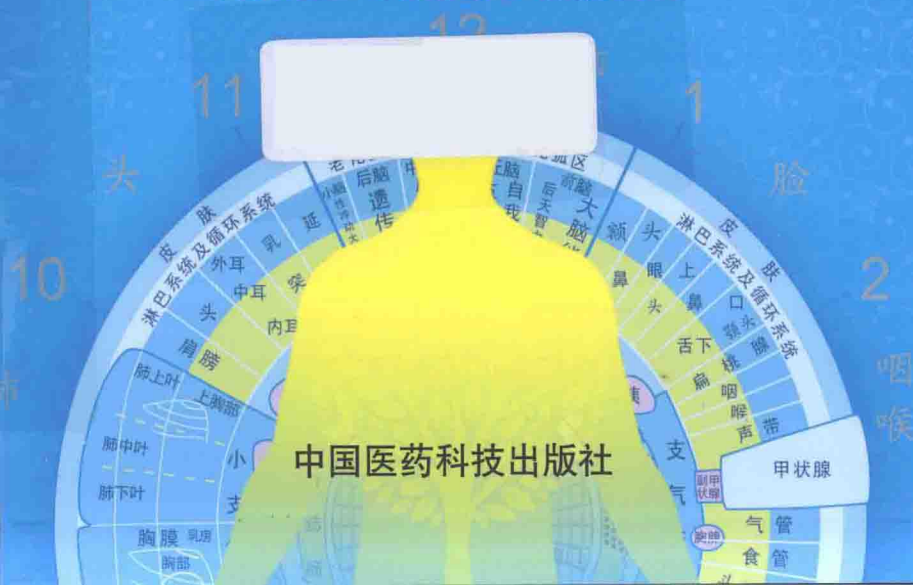
乙型肝炎

YIXING GANYAN

主编 齐国海

一线专家倾力打造

用最浅显的图表，最权威的声音
科学指导您的饮食起居及预防保健



中国医药科技出版社

资深专家

图解百病

乙型肝炎

YI XING GAN YAN

齐国海 © 主编

中国医药科技出版社

内 容 提 要

《资深专家 图解百病》丛书是由专科医生把关而权威可靠、科普作家润色而趣味横生、专业绘画插图而易看易懂、网络平台互动而增值实惠的一套医学科普图书。

乙型肝炎是一种常见疾病，具有流行病的特点。本书从乙型肝炎的认识、误区、病因、临床表现、诊断、鉴别诊断、各种治疗方法以及预防康复手段等方面对其进行了全面的叙述，要言不烦，通俗易懂。在众多的同类书中，有着可读性强、操作容易和紧跟诊治进展的特点，为一本难得的好书。

图书在版编目 (CIP) 数据

乙型肝炎 / 齐国海主编. —北京 : 中国医药科技出版社, 2014.3
(资深专家图解百病)
ISBN 978-7-5067-6553-4

I. ①乙… II. ①齐… III. ①乙型肝炎—防治—图解 IV. ①R512.6-64
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 316942 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 腾莺图文

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行 : 010-62227427 邮购 : 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 $850 \times 1168 \text{mm}^{1/32}$

印张 $5\frac{3}{8}$

字数 122 千字

版次 2014 年 3 月第 1 版

印次 2014 年 3 月第 1 次印刷

印刷 三河市汇鑫印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN978-7-5067-6553-4

定价 15.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

《资深专家 图解百病》丛书

编 委 会

总主编 魏保生

编 委 (按姓氏笔画排序)

马金凤	王建国	尤 蔚	牛换香
付 涛	付丽珠	吕晓红	刘 凯
刘 颖	刘红旗	刘保陞	齐国海
许兰芬	周 萃	韩彦方	魏保生

人的一生追求的东西太多，事业、权力、地位、金钱、爱情……，但这一切如果没有健康作载体，都成了“浮云”。地位是暂时的，荣誉是过去的，金钱是身外的，唯有健康是自己的！健康是唯一不能被剥夺的财富！没有健康就没有一切！

那么，什么是健康呢？世界卫生组织提出：健康是身体、心理与社会的完美状态，而不仅仅是没有疾病或不虚弱。影响健康、导致疾病的主要危险因素包括以下几个方面：环境（占17%）、遗传（人类的生物因素，占15%）、保健服务（医疗条件，占8%）、行为和生活方式（占60%）。其中，行为和生活方式引起的慢性病占有一半以上的比例。所谓慢性病，是慢性非传染性疾病的简称，是指以生活方式、环境危险因素为主引起的心脑血管疾病、肿瘤、糖尿病、慢性呼吸道疾病等为代表的一组疾病。慢性病的特点有：发病隐匿，潜伏期长；找不到病原体，只有危险

因素；多因素致病，一果多因；一体多病，一因多果；相互关联，共同依存；增长幅度加快，发病年龄呈年轻化（井喷状态）。令人担忧的严峻现实是：

- 吸烟率居高不下
- 80% 以上的人食盐、食油摄入超过推荐标准
- 50% 的人蔬菜、水果摄入不足，体育锻炼比例较低
- 超重者超过 3 亿，肥胖者超过 1 亿
- 高血压病患者超过 2 亿
- 糖尿病患者超过 9000 万
- 高脂血症患者超过 3000 万

面对如此触目惊心的数字，该如何预防慢性病？维护健康靠什么？

靠钱吗？答案是否定的。钱买不来健康，目前国内养生保健市场很大，受健康信息供不应求和法律保障体系不健全的影响，一些伪专家和某些媒体不断推出不科学的养生观：鸡血疗法、卤碱疗法、绿豆疗法、泥鳅疗法……还推出不少所谓的保健品。有些人不惜花重金跟着广告追健康，结果越追越不健康，他们被伪科学忽悠了。

靠医院和医生吗？答案也是否定的。医生、新设备也无法保证你健康。举例来说：以前没有冠状动脉支架，现在市场销售额每年超过 200 亿美金。支架的使用对减少二次心肌梗死的

风险非常有效(80%~90%),但在6个月内有10%~20%再堵上。于是发明了带抗凝药的支架,更加昂贵。有的人安装好多个支架,心脏都快成“铁疙瘩”了,最后也难逃心衰的厄运。

其实,健康的金钥匙就掌握在自己手中,预防慢性病要靠自我健康管理,最好的医生是自己,最好的处方是知识。那么我们这套《资深专家 图解百病》丛书就是为了帮助大家成为自我健康管理的能手。

《资深专家 图解百病》丛书集权威、趣味、科普和实惠于一体。有四大特色:

- 专科医生把关而权威可靠
- 科普作家润色而趣味横生
- 专业绘画插图而易看易懂
- 网络平台互动而增值实惠

具体来讲,本丛书的各个分册从每个疾病的发病情况、如何发生、有什么症状、需要做哪些检查而确定诊断等进行了具体的介绍,并提出了相应的治疗原则、具体策略和预防调养措施,力求读者能够彻底了解疾病,知道如何确定自己是否患有该种疾病、如何选择正确的治疗方法、怎样调节饮食、合理运动、日常生活注意事项和心理调整,从而活出健康、活出精彩。

本丛书的内容较为全面、细致,既有理论的阐述,又有具体方法的介绍,并引用新的、权威的观点及数据;形式方面,书中文、

图、表并茂，方便读者阅读理解。具有科学性、实用性、通俗性和新颖性，是一套难得的保健科普图书。

为更好地为大家服务，请您提出宝贵建议或咨询。我们的腾讯 QQ 号:512560243;腾讯微信号:18610734968;新浪博客和微博:
<http://blog.sina.com.cn/mekangbbs>。

编 者

2014 年 2 月

| 目 录

第一章

大国之殇

——乙型肝炎导读

- 1 人体只有一个肝脏 (2)
- 2 肝脏是人体最重要的器官之一 (3)
- 3 肝炎分类与流行情况 (5)
- 4 乙型病毒性肝炎 (5)
- 5 乙型肝炎为何为十大传染病之首 (6)
- 6 甲型肝炎 (6)
- 7 乙型肝炎病毒感染的危害 (7)
- 8 乙型肝炎病毒本身并不损伤肝脏 (7)
- 9 损伤肝脏本质是人体清除病毒的免疫反应 (8)
- 10 哪些乙型肝炎带毒者具有传染性 (9)
- 11 走出乙型肝炎治疗的误区 (9)
- 12 乙型肝炎一定会传染吗 (11)
- 13 乙型肝炎是传染病而不是遗传病 (12)

第二章

小病毒，大问题

——乙型肝炎病毒如何为患

- 1 可以“变装”的乙型肝炎病毒 (14)

2	乙型肝炎病毒形态及基因结构	(14)
3	乙型肝炎的传染源	(15)
4	乙型肝炎的传播途径	(16)
5	乙型肝炎的易感人群	(18)
6	乙型肝炎的流行特征	(18)
7	HBV 对外界环境抵抗力较强	(19)
8	HBV 感染后转归	(20)
9	与乙型肝炎病毒狼狈为奸的丁型肝炎病毒	(20)
10	慢性乙型肝炎的分期	(22)
11	乙型肝炎是如何发生的	(22)
12	如何看待乙型肝炎患者的性传播	(23)

第三章

邪与正的较量

——乙型肝炎的临床表现

1	病毒性肝炎的分类	(26)
2	乙型肝炎临床症状有哪些	(26)
3	慢性乙型肝炎患者为何会肝痛	(27)
4	乙型肝炎病毒感染后的临床经过可表现为多种类型	(28)
5	急性肝炎和慢性肝炎的区别	(29)
6	乙型肝炎致死的“三部曲”	(29)
7	乙型肝炎的临床表现	(30)
8	乙型肝炎的自我症状	(32)
9	乙型肝炎的并发症	(33)
10	乙型肝炎慢性化的因素	(34)
11	婴幼儿感染 HBV 往往比成人更容易慢性化	(35)

12 乙型肝炎是一种全身性疾病	(36)
13 “窝窝头”(肝硬化晚期的肝)与“发酵馒头”(正常肝)	(37)

第四章

不幸会轮到你吗

——乙型肝炎的诊断与检查

1 诊断乙型肝炎的原则	(39)
2 什么是乙型肝炎二对半检查	(39)
3 什么是大三阳、小三阳	(40)
4 什么是氨基转移酶(转氨酶)	(41)
5 肝功能不等同于氨基转移酶	(41)
6 乙型肝炎小三阳患者该不该治疗	(42)
7 表面抗原抗体系统(HBsAg 和抗-HBs)	(42)
8 核心抗原抗体系统(HBcAg 和抗-HBc)	(43)
9 e 抗原抗体系统(HBeAg 和抗-HBe)	(43)
10 肝功能化验单全面解读	(44)
11 乙型肝炎化验单怎么看	(47)
12 慢性乙型肝炎的诊断	(49)
13 HBV 感染者应该检查的项目	(49)
14 乙型肝炎的鉴别诊断	(50)
15 乙型肝炎“三对半”检查	(51)
16 乙型肝炎两对半检查前不需要空腹	(52)
17 乙型肝炎两对半要多久检查一次	(53)
18 乙型肝炎两对半检查和 HBV DNA 检查的区别	(54)
19 乙型肝炎两对半检查和肝功能检查的区别	(54)

20	cccDNA 的检测	(55)
21	如何诊断肝纤维化	(56)
22	怀疑患者发生肝癌的诊断	(57)

第五章

攻“毒”之战

——乙型肝炎主要的治疗方法

1	树立正确的治疗预期——乙型肝炎治疗“实话实说”	(59)
2	什么样的乙型肝炎需要治疗	(59)
3	掌握时机合理用药	(59)
4	关于乙型肝炎病毒携带者是否需要治疗	(60)
5	治疗慢性乙型肝炎的目标	(60)
6	抗病毒治疗是关键	(61)
7	抗乙型肝炎病毒的药物	(62)
8	长期抗病毒治疗很重要	(64)
9	乙型肝炎治疗的三个误区	(64)
10	选择治疗方案要考虑到生育问题	(65)
11	不同药物抑制病毒的能力比较	(66)
12	怎样知道乙型肝炎病毒发生了耐药	(66)
13	解决耐药问题合理使用最关键	(67)
14	急性乙型肝炎患者的治疗	(68)
15	慢性肝炎的治疗	(69)
16	重型肝炎的治疗	(72)
17	无症状 HBsAg 携带者的治疗	(72)
18	“保肝”“降酶”的作用到底有多大	(73)
19	什么时候开始抗病毒治疗	(74)

20	干扰素治疗有哪些优点和缺点	(74)
21	核苷类药物治疗有哪些优点和缺点	(75)
22	明确治疗目标选择药物	(75)
23	治疗过程中如何监测疗效	(76)
24	治疗结束后如何随访	(76)
25	保肝药	(77)
26	退黄疸的药物	(78)

第六章

心态影响病情

——树立正确的观念和战胜乙型肝炎的信心

1	乙型肝炎患者比正常人会面临更多的生活挑战	(80)
2	学会面对焦虑	(80)
3	乙型肝炎常与抑郁相伴而来	(81)
4	走过风雨再现彩虹——从容应对乙型肝炎的心理问题 ...	(82)
5	全方位多角度安排自己的生活	(85)

第七章

吃出健康

——乙型肝炎患者的饮食调养

1	乙型肝炎患者的饮食禁忌	(87)
2	不要盲目忌口	(88)
3	“大三阳”患者可以放心吃柚子	(88)
4	肝炎病人忌吃大蒜	(89)
5	菌类对乙型肝炎患者有药用价值	(89)
6	靠吃生姜治疗乙型肝炎是误区	(90)

7	慢性肝炎患者饮用牛奶要谨慎	(91)
8	慢性乙型肝炎患者护肝食谱	(92)
9	保肝的食物有哪些	(92)
10	美食中的乙型肝炎“帮凶”	(93)
11	秋季如何食补护肝	(96)
12	水果护肝	(97)
13	适合乙型肝炎大三阳患者的五种蔬菜	(98)
14	“小三阳”患者夏季可以适当吃绿豆	(99)
15	乙型肝炎病毒携带者饮食方法介绍	(100)
16	乙型肝炎病人不要随便吃补品	(100)
17	乙型肝炎患者5招补充营养	(101)
18	乙型肝炎患者吃发霉食品易癌变	(102)
19	乙型肝炎患者吃水果的讲究	(102)
20	乙型肝炎患者如何选择饮料	(104)
21	乙型肝炎患者同时用药莫超过三种	(105)
22	乙型肝炎小三阳患者能吃猪肉吗	(106)
23	患乙型肝炎的女性妊娠期饮食要诀	(107)
24	预防乙型肝炎, 充足营养应先行	(108)

第八章

勿忘传统瑰宝

——中医治疗乙型肝炎

1	中医对病毒性肝炎病因的认知	(112)
2	中医对慢性乙型肝炎的分型	(113)
3	中药治疗乙型肝炎	(113)

- 1 预防控制乙型肝炎宣传教育知识要点 (116)
- 2 乙型肝炎的预防从三方面入手 (116)
- 3 乙型肝炎防治策略的关键——乙型肝炎疫苗应用 (118)
- 4 慢性乙型肝炎患者的自我保健 (119)
- 5 意外暴露 HBV 后的预防 (123)
- 6 男性患者治疗期间妻子可以怀孕吗 (124)
- 7 “小三阳”患者为什么有的转氨酶正常, 有的不正常 ... (124)
- 8 e 抗体阳性是不是一定好 (124)
- 9 哪些人应当在接种乙型肝炎疫苗注射前必须抽血化验 (125)
- 10 赶时髦要提防乙型肝炎侵入 (126)
- 11 乙型肝炎患者不能从事什么职业 (126)
- 12 卫生部取消公民入学、就业“乙肝五项”检查 (127)
- 13 接种乙型肝炎疫苗后应注意什么 (130)
- 14 乙型肝炎患者/病毒携带者对自己未来的期望应客观 ... (131)
- 15 乙型肝炎会对别人有伤害吗 (132)
- 16 如何防止乙型肝炎的家庭内传播 (132)
- 17 乙型肝炎病毒携带者/患者能否结婚 (133)
- 18 “大三阳”患者、“小三阳”患者能结婚吗 (134)
- 19 乙型肝炎病毒携带者/患者可以生孩子吗 (134)
- 20 慢性乙型肝炎患者的运动注意事项 (134)
- 21 早停药易导致慢性乙型肝炎复发 (135)
- 22 治疗慢性肝炎要抗肝纤维化 (136)
- 23 乙型肝炎患者如何与肝病和平共处 (137)

- 24 乙型肝炎患者切忌大动肝火 (138)
- 25 不良行为危害肝脏 (139)
- 26 “乙肝小三阳”患者有哪些保养方法 (140)
- 27 肝炎患者饭后躺一小时对肝脏有好处 (142)
- 28 肝硬化患者生活上的禁忌 (143)
- 29 良好睡眠是乙型肝炎患者最好的补药 (146)
- 30 如何预防接吻传染乙型肝炎 (147)
- 31 会发生宫内传播吗 (148)
- 32 怀孕会使乙型肝炎加重吗 (148)
- 33 肝功能异常女性怀孕怎么办 (148)
- 34 治疗期间是否可以怀孕 (149)
- 35 生育与治疗的合理安排 (149)
- 36 乙型肝炎患者怀孕前后应该如何监测哪些指标 (150)
- 37 “乙肝妈妈”可以哺乳吗 (150)
- 38 乙型肝炎患者如何安全过性生活 (151)
- 39 乙型肝炎患者应选择怎样的避孕方式 (152)
- 40 乙型肝炎携带者的“性”福生活 (153)
- 41 如何保护家人和朋友免受感染 (154)

大国之殇
——乙型肝炎导读

第一章