



脂肪肝 用药知识

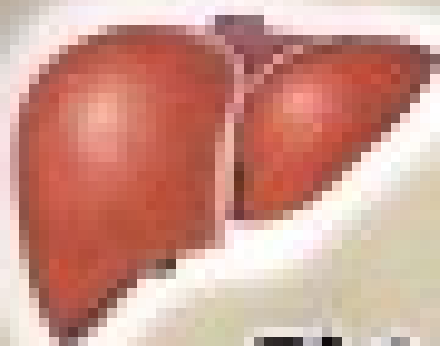
ZHIFANGGAN

YONGYAO ZHISHI

杨 玺 编著



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE



脂肪肝 用药知识

2011 年第 6 版

中国医药出版社

中国医药出版社



中国医药出版社
CHINA MEDICAL SCIENCE PRESS

脂肪肝用药知识

杨 玺 编 著

金 盾 出 版 社



本书阐述了脂肪肝的综合防治、调脂去脂、保肝降酶、中医中药治疗,推荐了治疗酒精性脂肪肝和非酒精性脂肪肝的各种防治方法等,并详细介绍了各种调脂药物、降酶药物和抗纤维化药物的适应证、用法用量和注意事项。其内容科学实用,适合脂肪肝患者及大众阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

脂肪肝用药知识/杨玺编著.-- 北京:金盾出版社,2011.7
ISBN 978-7-5082-6939-9

I. ①脂… II. ①杨… III. ①脂肪肝—防治②脂肪肝—用药法 IV. ①R575.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 054329 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京华正印刷有限公司

装订:北京华正印刷有限公司

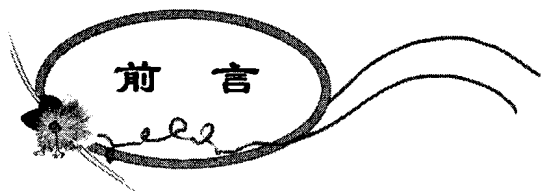
各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:7.25 字数:157 千字

2011 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8000 册 定价:15.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



肝脏是人体最大的化工厂，具有消化、解毒、分泌等重要功能。我们一日三餐吃进去的营养物质，都必须依靠肝脏进行加工、合成、代谢、分解，才能提供人体生命活动所需要的物质。除了物质代谢外，肝脏还是人体内最大的解毒器官，体内产生的毒物、吃进去的毒物、损害肝脏的药物等，也必须依靠肝脏解毒。可以说，人体没有肝脏就没有生命，肝脏受损则健康受损。

正常人肝内的脂质含量占肝湿重的2%~4%。由于各种因素导致肝细胞内脂质积聚超过肝湿重的5%，称之为脂肪肝。近年来，由于生活水平提高、饮食结构变化及预防保健措施相对滞后，脂肪肝的发病率呈急剧上升趋势，且发病年龄越来越小。30~40岁的男性是脂肪肝患者大军中的“主力”，约占到全部脂肪肝患者的1/4。营养过剩不仅会导致体形发胖，同时也会导致人体肝脏“发胖”。目前，国内脂肪肝的发病率为10%~15%。

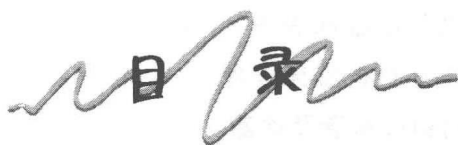
脂肪肝患者往往同时伴有肥胖、高血压、血脂异常，比常人更容易发生糖尿病、冠心病和脑卒中。上述这些疾病在医学上统称为代谢综合征。据统计，有代谢综合征的人，脂肪肝的患病率高；有脂肪肝的人，血糖、血脂异常等问题的发生率也高。在脂肪肝患者中将有2%~5%

的患者可发展成为肝硬化。

随着我国人民生活水平的不断提高,人们越来越关注健康和生命质量。为了让广大群众了解脂肪肝防治知识,笔者编著了《脂肪肝用药知识》一书。书中阐述了脂肪肝的综合防治、调脂去脂、保肝降酶、中医中药治疗,以及酒精性脂肪肝和非酒精性脂肪肝的各种防治方法,并详细介绍了各种调脂药物、降酶药物和抗纤维化药物的适应证、用法用量和注意事项。但需要特别指出的是,在用药过程中一定要遵医嘱,千万不可盲目行事。

本书内容深入浅出,通俗易懂,防治结合,以防为主,重点突出。在写作方面力求集科学性、知识性、趣味性、实用性于一体。然而,由于水平所限,缺点、错误在所难免,敬请读者不吝指正。

杨 玺



一、脂肪肝的基础知识

(一) 肝脏功能与脂肪代谢	1
1. 肝脏是人体的“化工厂”	1
2. 肝脏与脂肪代谢的关系	5
(二) 脂肪肝的病因及易发人群	6
1. 脂肪肝的定义	6
2. 脂肪肝形成的原因	7
3. 脂肪肝的“六大敌人”	8
4. 引起脂肪肝的其他原因	10
5. 诱发脂肪肝的危险因素	11
6. 用药不当易引起脂肪肝	12
(三) 脂肪肝的分类及分型	13
1. 脂肪肝的分类	13
2. 脂肪肝的分型	14
3. 非酒精性脂肪肝的特点	16
4. 酒精性脂肪肝的特点	16
(四) 脂肪肝的临床表现	17
1. 脂肪肝的主要临床表现	17
2. 急性脂肪肝的临床表现	18



3. 慢性脂肪肝的临床表现	19
4. 酒精性脂肪肝的临床表现	20
(五)脂肪肝的相关检查及诊断	20
1. 脂肪肝的相关检查	20
2. 脂肪肝可引起肝功能异常	22
3. 肝酶检查对诊断脂肪肝的价值	22
4. 明确脂肪肝诊断时应查 CT	23
5. 肝穿刺活检确诊脂肪肝	23
6. 医学上对肝活检的认识	24
7. 脂肪肝诊断的主要依据	25
8. 早期发现脂肪肝	25
9. 单纯性脂肪肝与慢性肝炎伴有脂肪浸润	26
10. 脂肪肝易误诊	27

二、正确认识脂肪肝

1. 重视脂肪肝	28
2. 体形消瘦的人也会患脂肪肝	28
3. 脂肪肝与滥用药物的关系	29
4. 不明原因的丙氨酸氨基转移酶升高可能是脂肪肝	30
5. 脂肪肝的七大危害	31
6. 脂肪肝患者应警惕脂肪性肝炎	33
7. 脂肪肝不是终身性疾病	34



8. 脂肪肝会影响患者的寿命	34
----------------------	----

三、脂肪肝的综合防治

1. 饮食、运动预防脂肪肝	36
2. 预防和治疗脂肪肝的“金药良方”	38
3. 防治脂肪肝“八字诀”	40
4. 改变生活方式可防治脂肪肝	41
5. 对因治疗脂肪肝事半功倍	42
6. 防治脂肪肝需要“五张处方”	43
7. 脂肪肝患者必做的七件事	48
8. 保持平静心态	49
9. 脂肪肝患者要保证睡眠	50
10. 脂肪肝的治疗原则	51
11. 脂肪肝需要个性化治疗	52
12. 非酒精性脂肪肝药物治疗不是首选	55

四、脂肪肝治疗药物简介

1. 脂肪肝治疗药物的分类	57
2. 治疗脂肪肝药物作用	59
3. 脂肪肝常用治疗药物特点	64
4. 脂肪肝常用治疗药物的适应证、剂量和用法	65





五、脂肪肝药物治疗原则

1. 脂肪肝患者不应回避药物治疗 67
2. 酒精性脂肪肝与胆固醇性脂肪肝用药区别 68
3. 轻度脂肪肝不用吃药 68
4. 单纯性脂肪肝及时治疗可完全恢复 69
5. 脂肪肝患者的用药应掌握“两大关键” 70
6. 脂肪肝患者的用药时机 71
7. 脂肪肝患者的合理用药 72
8. 脂肪肝药物治疗注意事项 73

六、脂肪肝的调脂、去脂治疗

- (一)脂肪肝调脂药物的合理应用 76
1. 调脂药物的合理应用 76
 2. 脂肪肝有血脂异常者控制血脂是关键 77
 3. 无需应用调脂药物的脂肪肝患者 80
 4. 需要服用调脂药物的脂肪肝患者 81
 5. 脂肪肝患者慎用调脂药物 83
 6. 脂肪肝患者使用调脂药物的原则 85
 7. 调脂不伤肝的药物 86
 8. 使用调脂药物的注意事项 88
 9. 服用调脂药应定期查肝功能 88



10. 他汀类调脂药不会引起脂肪肝	90
(二) 脂肪肝患者去脂药物的合理应用	91
1. 脂肪肝患者去脂“四步疗法”	91
2. 治疗脂肪肝的去脂药物	92
3. 需要保肝去脂的脂肪肝患者	93
4. 脂肪肝患者应用去脂药物的原则	94

七、脂肪肝患者保肝、降酶治疗

(一) 脂肪肝患者保肝药的合理应用	96
1. 脂肪肝患者常用的保肝药物	96
2. 保肝药物是治疗脂肪肝的辅助手段	97
3. 脂肪肝患者保肝药物的合理选择	98
4. 滥用保肝药易诱发药物性肝炎	100
(二) 脂肪肝患者降酶药的合理应用	101
1. 没有降丙氨酸氨基转移酶的特效药	101
2. 脂肪肝伴有丙氨酸氨基转移酶升高不必服降酶药	103
3. 脂肪肝慎用降酶药	103

八、脂肪肝的中医药治疗

(一) 脂肪肝的中药治疗	106
1. 有减肥调脂作用的单味中药	107



2. 脂肪肝的中医辨证治疗	109
3. 脂肪肝的中医辨证治疗原则	111
4. 脂肪肝的中医分型治疗	115
5. 抗脂肪肝小妙方	118
6. 活血化瘀法治疗脂肪肝	120
7. 清脂汤治疗脂肪肝	121
8. 逍遥散加减治疗脂肪肝	122
9. 调脂化痰汤治疗脂肪肝	123
10. 健脾化痰去脂汤治疗脂肪肝	123
11. 柔肝泻脂饮治疗脂肪肝	125
12. 辅助治疗脂肪肝的中成药	125
(二) 脂肪肝的食疗、药膳	127
1. 治疗脂肪肝一类食疗方	127
2. 治疗脂肪肝二类食疗方	133
3. 治疗脂肪肝三类食疗方	141
4. 治疗脂肪肝的药膳方	145
5. 根据脂肪肝患者体质分型的药膳	149
6. 根据脂肪肝患者体质分类的药膳	151

九、酒精性脂肪肝的治疗

1. 酒精性脂肪肝的治疗原则	153
2. 治疗酒精性脂肪肝的西药	154
3. 治疗酒精性脂肪肝的中药方剂	156



4. 酒精性脂肪肝康复食疗方	158
----------------------	-----

十、非酒精性脂肪肝的治疗

(一) 肥胖性脂肪肝的治疗	160
1. 肥胖与脂肪肝的关系	160
2. 肥胖性脂肪肝的防治重点	161
3. 肥胖性脂肪肝的治疗方法	161
4. 肥胖性脂肪肝患者的减肥措施	162
5. 肥胖性脂肪肝的饮食防治措施	163
6. 肥胖性脂肪肝患者适度用点减肥药	165
7. 肥胖性脂肪肝患者药膳方	166
(二) 血脂异常性脂肪肝的治疗	169
1. 血脂异常与脂肪肝“狼狈为奸”	169
2. 血脂异常性脂肪肝患者的饮食注意事项	169
3. 血脂异常性脂肪肝患者饮食宜忌	170
4. 血脂异常性脂肪肝患者的食疗药膳方	170
5. 血脂异常性脂肪肝患者要重视体育锻炼	173
6. 血脂异常性脂肪肝患者药物治疗适应证	176
7. 血脂异常性脂肪肝患者的药物选择	177
(三) 糖尿病性脂肪肝的治疗	180
1. 脂肪肝与糖尿病是一对“难兄难弟”	180
2. 脂肪肝患者要留神血糖变化	181
3. 脂肪肝患者远离糖尿病的措施	183



4. 糖尿病合并脂肪肝的综合治疗	184
5. 糖尿病合并脂肪肝的合理用药	189
6. 糖尿病合并脂肪肝患者的饮食治疗	191
(四) 脂肪肝患者其他危险“伙伴”的治疗	191
1. 代谢综合征的药物选用	191
2. 治疗代谢综合征的联合用药	193
3. 脂肪肝合并冠心病患者控制血脂是关键	194
4. 脂肪性肝炎治疗后多数可恢复	194
5. 脂肪性肝炎的用药治疗	195
6. 化痰理气法治疗脂肪性肝炎	195
7. 病毒性肝炎与脂肪肝的关系及防治要点	197
8. 病毒性肝炎后脂肪肝的治疗	199
9. 病毒性肝炎后脂肪肝患者的饮食注意事项	200
10. 治疗脂肪性肝硬化要掌握好时机	200
11. 脂肪性肝硬化患者的自我保健	201
12. 脂肪性肝硬化患者“十一忌”	203
13. 脂肪性肝硬化的治疗原则	206
14. 脂肪性肝硬化患者用药原则	207
15. 有效延缓肝纤维化的五类药物	209

十一、走出脂肪肝防治中的各种误区

1. 对脂肪肝防治认识的误区	211
2. 防治脂肪肝中的误区	215



一、脂肪肝的基础知识

(一) 肝脏功能与脂肪代谢

1. 肝脏是人体的“化工厂”

肝脏位于右上腹、膈肌之下，肝脏可分为膈面和脏面(图1,图2)，外有肋骨和肌肉，左邻胃，下邻肠，重1 200~1 600克，平均由3 000亿个肝细胞组成。肝脏是人体一个重要的器官，它就像一个化工厂，无时无刻不在进行着多种营养物质、有毒物质、多余物质的各种合成、分解、转化等化学反应，保证人体必需物质的供应、有毒物质的解毒、多余物质的储存或排泄。

机器转动需要的能源，经常使用的有石油、煤、天然气和太阳能等。而人体需要的能源，则是我们吃进去的食物，它们含有糖类(或称“碳水化合物”)、蛋白质和脂肪。这些营养物质的代谢过程和相互转化，主要是在肝脏内进行的。在肝脏里，通过十分复杂的生物化学反应来完成上述任务。

糖类是人体产生热能的主要来源。但是，这里所说的“糖类”，并不是我们日常吃的白糖、红糖。它是一种多糖。五谷杂粮中80%的成分是糖类，其中主要是淀粉，淀粉就是多糖中的一种。多糖进入消化道以后，经过消化、水解为葡

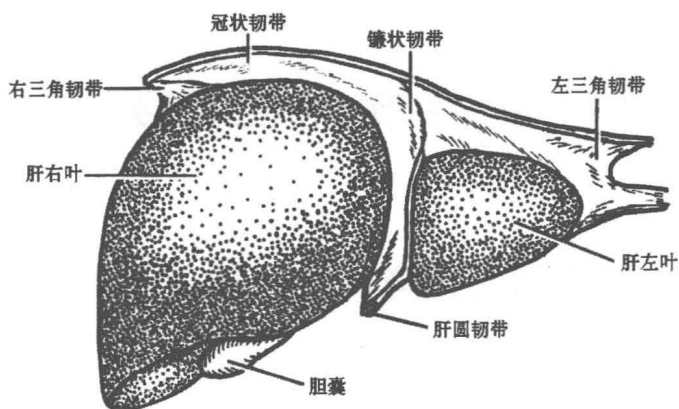


图 1 肝脏的膈面

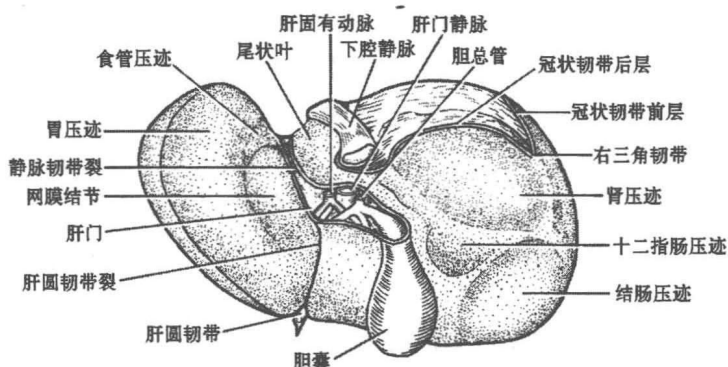


图 2 肝脏的脏面

葡萄糖以后,才能吸收至肝脏,然后被人体所利用。如果吃 500 克粮食,人体大约能获得 400 克的葡萄糖。葡萄糖被吸收至肝脏后,少部分在肝脏内合成为“糖原”储存起来,以备日后利用;大部分葡萄糖进入了血液循环,成为血糖,供给人体的组织细胞利用。当人在空腹时,或在剧烈运动的情况下,肝脏便将贮藏的肝糖原分解为葡萄糖,供人体急需。



一、脂肪肝的基础知识

另外,肝脏还能将某些非糖类的物质,如蛋白质和脂肪,转化成糖原或葡萄糖。这个生物化学反应,称为糖的“异生”。反之,肝脏还可以把过多的糖原转化为脂肪,运输到人体其他部位储存起来。所以,有些人尽管吃素,不吃油水大的食物,但如果吃过多的五谷杂粮,超过了人体的需要,也能成为肥胖、脂肪肝患者。

我们平常所说的油,医学上称为“脂肪”或“脂类”。脂肪分为动物脂肪和植物脂肪两种。前者如猪油、牛油等;而植物脂肪,则是指豆油、花生油、菜子油等。脂肪不仅可以供给人体能量,而且还是构成细胞的重要成分。肥胖者的“胖”,主要是由于在皮肤下面堆积了大量的脂肪。

肝脏在脂肪的消化、吸收、分解、合成与运输等过程中,都具有重要的作用。肝脏能分泌胆汁,以促进脂肪的消化和吸收。肝脏能利用葡萄糖和某些氨基酸合成脂肪、胆固醇和磷脂,这是血中胆固醇和磷脂的主要来源。从消化道吸收的三酰甘油,在肝细胞内进行同化,然后运至脂肪组织内储存。人在饥饿的时候,贮存的脂肪又被动员到肝脏中来,进行分解代谢,这就是人在饥饿的状况下逐渐消瘦的原因。

蛋白质也是人体的重要成分。除了鱼、瘦肉、鸡蛋等动物食品含有蛋白质以外,五谷杂粮(特别是豆类、花生),以及某些蔬菜中,也有一定数量的蛋白质。

在肝脏内,蛋白质的代谢也极为活跃。肝脏除了能合成其本身所需要的各种蛋白质以外,还能合成大部分血浆蛋白。当肝脏有病的时候,血浆蛋白减少,就会出现水肿或腹水。

蛋白质是由 20 多种氨基酸所组成,氨基酸的代谢也是