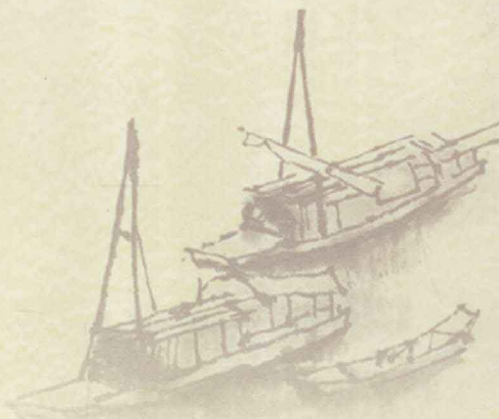


每售出一本书，
作者将向中国肝炎防治
基金会账户捐赠

0.1元



——计沙大夫肝病讲坛

乙肝真相

Truth of Hepatitis B

计沙 著



上海浦江教育出版社
(原上海中医药大学出版社)

立足于肝病医学知识的大众

主题是反对乙肝歧视

乙肝的祸首不在于病

恐惧源于对肝病的无知

除社会恐惧，还肝病患者清白

维护患者尊严，赋予肝病患者健康

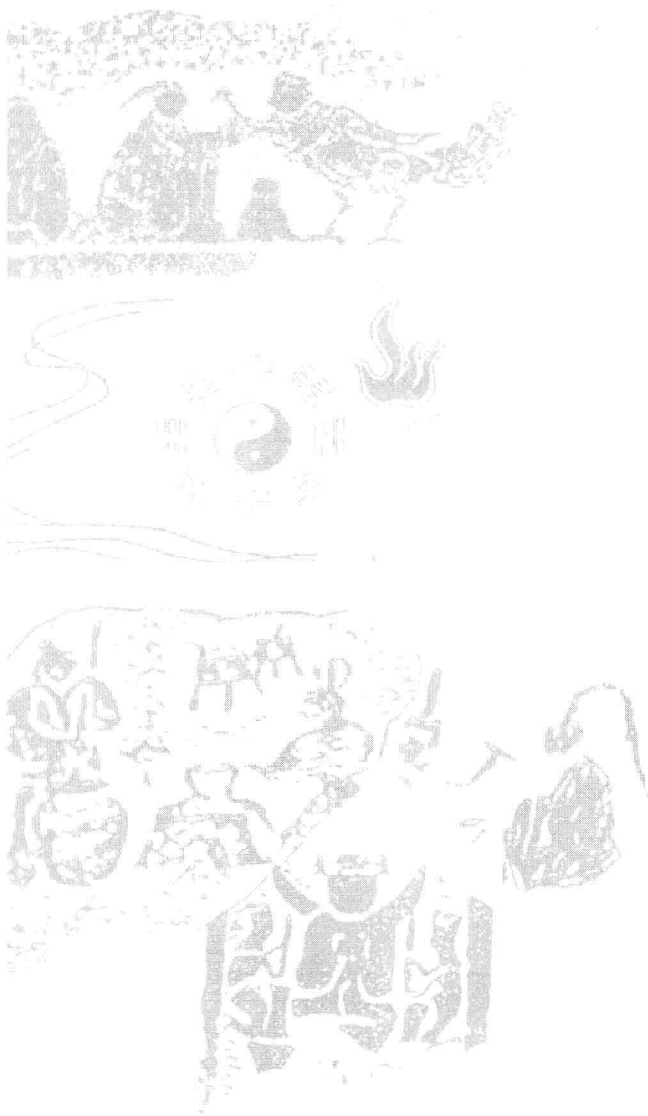
乙肝真相



计沙大夫肝病讲坛

Y I G A N Z H E N X I A N G

计沙著



上海浦江教育出版社

责任编辑 倪项根

责任校对 郁 静

封面设计 杨鹏广

图书在版编目(CIP)数据

乙肝真相/计沙著. —上海: 上海浦江教育出版社有限公司, 2011. 11

ISBN 978-7-81121-200-6

I. ①乙… II. ①计… III. ①乙型肝炎-防治 IV. ①R512.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 208782 号

乙肝真相

计 沙 著

上海浦江教育出版社(原上海中医药大学出版社)出版发行

(上海市海港大道 1550 号)

中医药分社地址: 蔡伦路 1200 号)

新华书店上海发行所经销

南京展望文化发展有限公司排版

上海图字印刷有限公司印刷

开本 710 mm×1020 mm 1/16 印张 10 字数 170 千字

印数 1—4000 册

版次 2011 年 11 月第 1 版

印次 2012 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-81121-200-6

定价 35.00 元

(本书如有印刷、装订问题,请寄回本社发行科或电话 021-51322547 联系)

序

各种原因引起的肝脏疾病在我国十分常见,危害严重。仅以乙型肝炎为例,我国目前仍然有慢性乙肝病毒携带者近一亿人,慢性乙肝病人2000多万人。加上其他病毒及非病毒性肝病,我国每年约有40万人死于肝硬化、肝癌及肝衰竭。尤其在农村及边远地区,因肝病致贫、肝病返贫及肝病歧视的现象比较突出,可以说,肝病已成为严重的公共卫生和社会问题。

在人类目前对不少肝病还认识不清、缺乏根治性治疗的情况下,需要做的无非是三件事:做好科学普及宣传工作,让百姓掌握正确的防病、治病与保健知识;用好现有的技术及药物,使群众能获最大受益;从不同角度重新认识肝病、研究肝病,以期彻底攻克肝病。但能同时做好这三件事实属不易,对一位基层肝病医师来说更难,因为这不仅需要大量时间、精力、信息、专业知识,更需要社会责任感和奉献精神。

但有一位医生做到了,他就是计沙医生。

作为安徽蚌埠第五人民医院的一位医务人员,计沙医生这些年来在比较艰苦的条件下,从未停止对肝病以及整个健康问题的研究与探索,他先后出版《未来医学思维》、《探寻病之源》等多部既有深度又有广度,既结合专业知识又生动易懂的著作,覆盖了以上说到的三个方面,产生了很大的社会影响。

本书更是作者在熟悉的肝病领域的重要论著,包括了主要肝病的基本知识,预防、诊断、治疗、自我保健康复的各个方面,以及对肝病尤其是乙肝的重新认识及思考。内容丰富全面,语言通俗易懂,视角独特新颖,是一本具有很好趣味性、科学性、实用性,同时也富有社会责任感的医学科普读物。

谨在此感谢计沙医生所做出的不懈努力,希望本书能给众多遭受肝病困扰的患者朋友及其家庭带来更多帮助,愿我们共同努力,尽早战胜肝病。

首都医科大学附属北京佑安医院 教授、主任医师、博导
全国疑难重型肝病科技攻关协作组 组长

段钟平

2010年11月 于北京

导读：乙肝埋葬了幸福的爱情

这是中央电视台社会与法频道《忏悔录》栏目 2010 年 2 月一期节目的内容,看后不禁让人扼腕。

男女主人公幸福地相爱结婚,但却因为女方患有其实并不可怕的乙肝而埋葬了原本十分幸福的爱情。

事情还得从一桩凶杀案说起。

2008 年 4 月 15 日深夜,春寒料峭。某市市郊一条偏僻的巷子里,突然跑来一个名叫高大维的年轻人,发疯似地拍打着一户人家的大门。这户人家住着的正是这位年轻人的二姐,他惊惶失措地告诉二姐,说他误把一瓶农药当成饮料给喝完了,赶快送他去医院抢救治疗。

就在那个喝了农药的年轻人被送往医院紧急抢救的时候,他的父母在 20 公里外的家中,也得知了这个消息。两位老人慌忙地跑到医院,却没有想到,在儿子的病床前,他们竟然听到了更加可怕的事情。

这个刚刚脱离危险的年轻人告诉爹娘,他之所以喝农药,是因为他杀了自己的妻子,只能以死抵罪。这句话让两位老人如遭五雷轰顶,无奈之下只好当即报警。

接到报案,警方立刻赶往那个年轻人的住处,在房间里果然发现了一具女尸。经法医勘验,这的确是一起凶杀案,警方立即对那个年轻人实施拘捕。本案凶手高大维,时年 25 岁,2008 年 4 月 15 日深夜,他将妻子杀死在自己家中,而后服毒自尽未遂。

据当地村民反映,高大维与妻子结婚刚满一年,两个人感情一直很好,怎么突然之间就酿成了一起凶杀案。高大维为什么会这样痛恨自己的新婚妻子呢?

令人惊讶的是,当问及作案动机,高大维竟一再强调他对妻子的深厚感情,仿佛这桩家门血案不是他有意制造,那么事情的真相到底是什么?声称深爱着妻子的高大维为什么最终沦为杀妻凶手呢?

高大维说他那段看似平静的婚姻,其实从一开始就酝酿着激烈的家庭风

波。父母和妻子之间的尖锐矛盾，让两头受气的高大维极为压抑。而这矛盾的起因，就是高大维的妻子似乎不愿意生孩子。高大维的妻子在私下也经常忧心忡忡地问及丈夫，公婆是否在怀疑她不愿意生孩子的原因。

尽管高大维向妻子隐瞒了父母的态度，心里却实在不轻松。作为家中唯一的儿子，高大维知道按照传统习俗，他肩负着传宗接代的重大责任，只是在不肯怀孕的妻子面前，高大维又怎么说得开嘴呢？

高大维息事宁人的做法，根本无力缓和家里的气氛，毕竟急着抱孙子的老人不愿等待太久。终于有一天，高大维的父母采用激将法，给儿子下了最后通牒，既然不能生育，那就干脆抱养一个。高大维把父母急着抱孙子的这些想法，最终告诉了妻子。高大维的妻子听后心情非常沉重，并表示坚决反对。

自己不愿怀孕，又不想抱养孩子，在老人眼里，高大维的妻子简直蛮不讲理。或许是感觉到这种敌意，高大维的妻子竟也开始无声反抗。2008年春节期间，在一个长辈家里做客时，妻子便着实让高大维难堪了一回。

不仅如此，吃过饭后，高大维的妻子居然撇下公婆和丈夫独自一人回了家，丢尽脸面的高大维再也无法忍耐，一场激烈的冲突瞬间爆发，倍感委屈的妻子便一气之下跑回了娘家。高大维没有想到，妻子这一次跑回娘家仅仅是个开始，此后每当发生争吵她都会不辞而别。

没有人能体会在这场家庭风波中，高大维承受了多少委屈和愤怒。他知道这一切都是生孩子的事引起的。高大维不忍让父母伤心，也不愿意勉强妻子，幸福的小家庭从此便成了危险的火药桶，终于一个小小的火星引爆了一幕家庭惨剧。

结婚后一直闲在家里的妻子想在市里找份工作。就在2008年4月15日这天，高大维的妻子决定买辆自行车便于上班。可是高大维陪着妻子逛了整整一下午，都没买到中意的自行车，失望和疲惫让这对小夫妻的心情都很不好。晚饭后两个人再次发生争吵，和以往一样话题很快转到了生孩子的事情上。这次妻子压抑已久的委屈和忧愁一下子转化成了满腔的怒火喷发出来，对着高大维气愤地说道：今生今世就是要你们家断子绝孙！

妻子恶毒的话像一记闷棍把高大维打得目瞪口呆。他无论如何没有想到，作为世界上唯一知道妻子的隐痛，唯一理解她为何不愿生育的人——高大维自己竟遭到这样的羞辱。

几年来为了保护妻子，高大维苦苦隐藏着一个秘密，可谁能料到这秘密却成了一个无情的嘲讽呢？一句断子绝孙，瞬间让高大维感到天旋地转。



此时此刻，高大维简直无法把妻子和过去那个楚楚可怜的女人联系起来。他至今还记得一年前的新婚之夜，妻子伤感而欣慰地说了一句深情的话。她说她恨上天对她的不公，让她患上这样的病，她说她又感谢上天，还有一个人愿意娶她，愿意去爱她。

言犹在耳，妻子却仿佛换了一个人，这些年自己对她无怨无悔的付出，为她保守着那个特殊的秘密，怎么突然之间一切变得毫无意义了呢？

2006年经人介绍，高大维和妻子相识，并很快开始热恋，两人一起来到江苏南京打工，然而就在进行入职体检的时候，意外发生了。妻子体检不合格，是乙肝“大三阳”。当时刚出医院门，高大维的妻子就哭了。

对于并不具备多少医学知识的高大维来说，乙肝无疑是一个令人恐惧的字眼。医疗广告中耸人听闻的词句，社会上广泛存在的乙肝歧视，都迫使高大维要立刻决断，是否继续这段恋情。高大维的妻子当时考虑到自己的情况，也主动提出了分手。

几经犹豫，高大维最终选择了爱情和责任。

2007年年初高大维顺利成婚，但他没有意识到对于妻子的疾病，仅靠自己的勇气是不够的，不向父母开诚布公，让父母接受这个事实，终将给亲情埋下误解和猜疑，很快高大维的父母就发现，儿子似乎不再像原先那样孝顺。

家人的怨气不无道理。高大维每天早出晚归，辛苦打工，总不至于没有赡养父母的能力，难道是因为高大维的妻子把持着家中的财权，才造成如今的局面？

不明真相的老人怎么会了解高大维妻子的隐痛呢？从嫁进这个门，她就开始被自卑和恐惧压得喘不过气。经历了无数次毫无效果的寻医问药，花光了辛苦打工挣来的所有积蓄，这个女人只有在日记本里尽情倾诉自己的绝望，她感觉自己不是一个正常的人。因为身体携带有乙肝病毒，不但成天担心害怕传染家人，更不敢怀孕生子怕遗传给了下一代。

身为一个农村女性，高大维的妻子清楚地知道，如果不能生育，自己的婚姻将岌岌可危。每次看到高大维姐姐的孩子，这个女人都难以抑制心头的悲凉。她告诉高大维，想要尽量把自己身上的病毒给看好，她还是想尽快生个孩子。

然而公婆已经等不及高大维的妻子实现这个心愿了，不明白内情的老人根本无法理解，儿媳为什么迟迟不肯怀孕，双方的矛盾日益尖锐。巨大压力下的妻子，甚至偷偷去过一家小医院，询问能否冒险生育。可是那家医院里的医生却极不负责地告知：传染孩子的可能几近百分之百。高大维妻子的希望再次破灭，她在日记中写道：自己不能生孩子，有时真的想跟他离婚，觉得这样太拖累他了。

我们无法推测在日记里写下这段话的时候，高大维的妻子是否对婚姻已经彻底绝

望。但就是从这一天起,她开始敌视丈夫全家,并频繁发生冲突。终于有一次,因为高大维的父母向儿子借钱导致矛盾升级了。

由于对乙肝的无知和恐惧,加上耸人听闻的小广告的诱导,小两口辛苦打工挣来的所有积蓄,早被毫无结果的寻医问药基本花光。高大维能够借给父母的钱只有当初妻子结婚时收取的彩礼,但是他怎么都没有想到,妻子对此表现得极为反感。

气愤的高大维当然无从体会,由于强烈的不安全感,妻子对于婚姻和家庭早已不再信任。就在案发的当天深夜,两人再一次发生激烈冲突时,自卑恐惧以及绝望的妻子,发出了让高大维断子绝孙的恶毒诅咒。

同样生活在压抑和愤怒之中的高大维,就这样罪恶地埋葬了他与妻子的爱情,也埋葬了所有亲人的幸福和希望,我们不忍心想象等待他将是怎样的命运,但我们应该深思谁是埋葬他们爱情的元凶!如果他们能够及时了解乙肝真相,类似的悲剧就绝不会出现。

前 言

山重水复疑无路，柳暗花明又一村。正当社会普遍存在着乙肝歧视现象，慢性乙肝患者不知何去何从的时候，我们终于明白，原来导致慢性肝病的祸首不在于病毒感染，而在于免疫功能是否正常。肝病本身并不传染，传染的只是乙肝病毒，但是否导致慢性肝炎，则取决于机体对病毒的抵抗能力。

我们没有理由害怕乙肝病毒的传染，更没有理由疏远乙肝患者。因为95%以上的成年人，对乙肝病毒都具有正常的免疫清除能力。他们即使感染上了乙肝病毒，至多也只会引起急性肝炎，而不会形成慢性肝脏损害。

由于遗传基因问题，人群中大约有5%的人对乙肝病毒的免疫清除能力表现低下。这些人一旦感染上乙肝病毒，机体就不易将病毒清除，将来就有可能形成慢性肝炎。遗传基因的缺憾，也是目前慢性乙肝患者往往呈现为家族性的主要原因。

但慢性肝病本身并不遗传，遗传的只是免疫功能。这种由于遗传基因所造成的免疫能力低下，可以通过后天的免疫接种予以纠正。在机体尚未感染乙肝病毒之前，就进行乙肝疫苗接种，一般情况下，就可以获得正常的免疫清除能力。

对于那些免疫系统尚未发育成熟的婴幼儿来说，他们对乙肝病毒尚没有很好的清除能力。但只要婴幼儿在出生之际，就规范全程地接种乙肝疫苗，以后也可以不必担心乙肝病毒的感染。如果母亲是乙肝病毒携带者，现在的医疗技术也完全可以在最大程度上进行母婴传播阻断。

我们还有什么可怕的呢，我们还有什么理由歧视乙肝患者，疏远乙肝患者呢？人们为什么那么惧怕乙型肝炎？不就是担心它会转为慢性肝炎吗，不就是担心慢性肝炎会发展成肝脏硬变吗。

实际上，即使你现在就是慢性乙肝患者，也没有必要心存顾虑，更没有必要惊恐万分。因为在当今医学科技面前，慢性乙肝已经不是什么难治之症了。大多数患者通过干扰素及核苷类药物的规范治疗，都可以在最大程度上抑制病情的反复和发展。

由于乙肝病毒很难从慢性乙肝患者体内彻底清除,所以有人认为,慢性乙肝是不可能根治的,乙肝肝硬化是不可能治愈的。这是一种非常片面,而且有害于健康的观点。其实只要能够长期保持病情不再复发,不再加重,对于肝病患者来说,就是一种治愈状态,就可以携带着病毒健康地生活。而且实现这一治疗目标并不困难,现代医学完全能够做到。对于已经发生肝脏硬化的患者来说,也没有必要整日心存忧虑和恐惧。

肝脏硬化实际上就是肝脏反复炎症,又反复愈合后所留下的瘢痕组织。对于早中期肝硬化患者来说,只要我们能够阻止肝脏不再发生新的瘢痕,肝脏硬化程度不再进展,剩下的正常肝组织足够维持我们的生理功能。在现代医疗条件保证下,肝脏硬化患者完全可以保持一种基本治愈状态而颐养天年。

目前能够控制慢性肝病的反复,阻断肝脏纤维化进展的最有效的药物,就是干扰素类药物和核苷类药物,但需要长期治疗或终生服药。我们不禁要问,如果病人的经济条件或身体条件不允许接受长期的药物治疗,又该怎么办呢?

如果病人在长期接受抗病毒治疗途中乙肝病毒发生了变异,反复表现耐药现象又该怎么办?即便是治疗途中没有耐药情况发生,药物的治疗又何时是个尽头?长期用药日积月累,这些抗病毒药物所积累下来的毒副作用是否会给机体带来其他伤害?而这些我们又该何去何从呢?

踏破铁鞋无觅处,得来全不费工夫。生命定律指导下的肝病整体医学疗法,能够帮助患者解决这一心头之患。生命定律指出:生命是由肉体的时空结构和以“场”为载体的衍生结构有机构成。生命中的这两大结构互为阴阳,相辅相成,共同维护着机体的整体功能。

也就是说,生命的健康状况是由肉体的时空结构和以“场”为载体的衍生结构共同决定的。这就要求我们在注重肉体时空结构的肝脏炎症治疗同时,还必须要注重机体衍生结构的长期调整。

慢性肝病的反复虽然与乙肝病毒的复制有着密切关系,但是病毒的复制以及机体在与病毒进行斗争时所造成的肝脏炎症损伤,又都是因为机体的免疫功能异常波动所致。而免疫功能的异常波动,又是由于机体衍生结构长期反复紊乱所造成的。

长期大量的临床资料已经证明,只注意肝脏肉体结构的治疗是很难控制肝病反复的。慢性肝病反反复复,久治不愈的根本原因,就是我们忽视了对机体衍生结构长期有效的调整。可以说,谁把握好了机体衍生结构的调整,谁就能够获得肝病的痊愈。

目 录

前言	1
第一章 多余的心理负担	1
第一节 担心久治不愈的恐惧心理	2
第二节 担心被人歧视的自卑心理	8
第三节 担心传染他人的内疚心理	12
第二章 让我们来认识一下肝脏	17
第一节 肝脏是怎样的结构	17
第二节 肝脏具有哪些生理功能	23
第三章 肝脏病变时有哪些信号	29
第一节 肝病患者的症状及其原因	30
第二节 肝病患者的常见体征及其原因	32
第四章 相关的检查及其意义	39
第一节 肝脏形态结构的检查及其意义	39
第二节 肝脏功能状态的检查及其意义	43
第三节 肝脏的病原学检查及其意义	49
第五章 引起肝脏病变的常见原因	54
第一节 人们最熟知的乙肝病毒	54

第二节	急性肝炎的病因分析·····	60
第三节	慢性肝炎的病因分析·····	66
第六章	肝病的结局是什么·····	72
第一节	急性肝炎的结局·····	72
第二节	慢性肝炎的结局·····	76
第三节	孕妇幼儿及老年人肝炎的转归·····	79
第四节	病毒性肝炎常见的并发症·····	80
第七章	肝病治疗的最新进展·····	85
第一节	肝脏一般炎症的治疗·····	86
第二节	抗病毒治疗·····	91
第三节	肝硬化的治疗·····	99
第四节	重型肝炎和肝脏癌变的治疗·····	102
第八章	肝病的调养和预防·····	107
第一节	肝病患者的生活与饮食问题·····	107
第二节	肝病与传染到底有多大关系·····	114
第三节	母婴阻断的最佳途径·····	118
第九章	怎样才能真正治愈肝病·····	126
第一节	重新认识肝脏·····	127
第二节	导致肝病反复的真正原因·····	131
第三节	整体医学给我们带来希望·····	136
结束语	：摒弃我们心中的无知和恐惧·····	145

第一章 多余的心理负担

肝脏是人体最大的实质性器官。人体内蛋白质、脂肪和糖类的代谢过程,以及各种激素、有毒物质的分解和灭活,还有许多凝血因子的合成等等,都是在肝脏中进行的。通俗地说,肝脏是人体最大的“化工厂”。

肝炎,就是指发生在肝脏的炎症反应。人体的任何一个组织和器官都可以发生炎症反应。发生在肾脏,就叫做肾炎;发生在心脏,就叫做心肌炎;发生在脑部,就叫做脑炎;发生在皮肤上,就叫做皮肤炎症。

人体内任何一个组织或者器官发生了炎症,它都要经过变质、渗出、坏死,最后是瘢痕组织增生等这样的一个病理过程。炎症的局部表现主要有红、肿、热、痛和功能障碍,肝脏有了炎症反应后,也同样如此,虽然我们看不见摸不着。

导致肝脏发生炎症反应的原因有很多:病毒、细菌、各种毒物、某些药物,还有长期酗酒,脂肪代谢紊乱等等。由药物中毒引起的肝炎,称为药物性肝炎;由细菌引起的肝炎,称为细菌性肝炎;由病毒引起的肝炎,称为病毒性肝炎。

日常生活中,人们通常所说的肝炎,主要是指由甲型、乙型、丙型或戊型等嗜肝病毒所引起的病毒性肝炎。由于有少数人对乙肝病毒和丙肝病毒的免疫清除能力比较低,因而这两种嗜肝病毒可能会引起少数患者形成慢性肝脏损害,也就是慢性肝炎。

也正是因为这种损害是慢性的、长期的,才导致了許多肝病患者在面对肝脏病变的时候,内心深处很容易产生诸如担心久治不愈的恐惧心理、担心别人歧视的自卑心理、担心传染别人的内疚心理等许多心理负担。

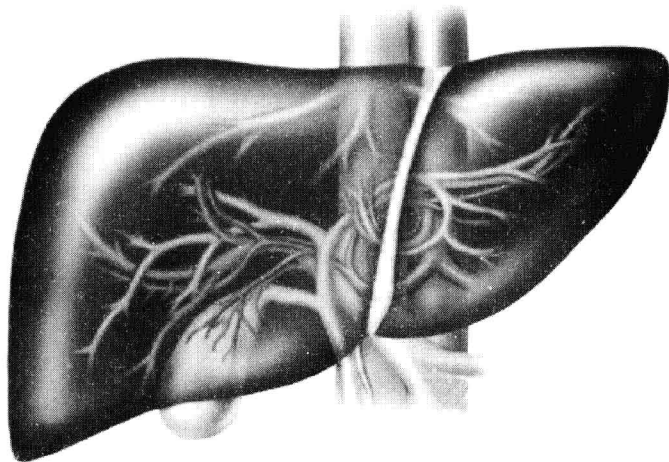
这些心理负担,对肝病患者的康复会造成怎样的负面影响和伤害呢?这里又为什么要强调这些心理负担都是多余的,没有必要的呢?

第一节 担心久治不愈的恐惧心理

人们对肝脏疾病普遍存在有一种恐惧心理,一旦被确诊患有肝病,就吃不好,睡不好,顾虑重重。有些人本来好好的,就是因为体检查出来肝功能生化指标不正常,就立马感觉到肝区不舒服,甚至还能感觉到肝区隐痛,四肢乏力。

人们对肝病最大的恐惧,还在于担心患上肝病以后久治不愈,形成慢性肝炎。慢性肝病患者又害怕将来会发展成肝硬化,或是导致肝脏癌变。

是不是所有的肝病都有可能发展成慢性肝炎呢?是不是所有的慢性肝炎都有可能发展成肝硬化,甚至是肝癌呢?慢性肝病真的就是久治不愈吗?恐惧心理对肝病患者的康复又会造成什么样的影响呢?



肝脏示意图

一、不是所有的肝病都会形成慢性炎症

如前所述,导致肝脏发生炎症反应的原因很多,有病毒、细菌、寄生虫等微生物导



致的感染性肝炎；还有药物、酒精、毒物所导致的中毒性肝炎；还有因为其他的疾病继发引起的继发性肝炎；肝脏各种代谢功能紊乱，甚至是自身免疫功能紊乱所导致的肝脏炎症。但是只有很少一部分病因所导致的肝脏炎症，才有可能形成慢性肝炎。

凡是病程超过半年，因同一个致病原因反复发生炎症，而不能治愈的肝炎，就称为慢性肝炎。细菌所导致的肝炎，一般不会形成慢性肝炎，合理使用抗生素将细菌清除就可以获得痊愈；药物、酒精及其他理化毒物所导致的肝脏炎症，只要能及时消除致病原因，也不会形成反复的慢性肝脏炎症损害。

糖代谢异常、蛋白质代谢异常、胆汁代谢异常、铜代谢异常等各种先天性代谢异常，均可导致慢性肝脏损害，这类肝脏病变一般从婴幼儿就开始发病，但属于极为罕见的肝脏病变。

由酒精、药物、理化毒物、病毒或其他不明的原因长期作用于肝脏，导致肝脏对脂肪代谢功能下降，大量脂肪微粒堆积在肝组织和肝细胞内，使得肝脏功能受损，这就是我们平常所说的脂肪肝。脂肪肝也可以表现为慢性肝损害，但是只要给予合理治疗，控制体重，仍然可以将肝脏炎症反应彻底控制，从而达到治愈的目的。

还有一种肝病，是由于自身免疫功能紊乱，自身的抗原和抗体发生了免疫反应，也就是机体自身所拥有的一些物质，他们内部之间发生了“战争”所导致的肝脏炎症，称之为自身免疫性肝炎。这类肝病在临床上很少见到，也可以表现为慢性炎症反应，但只要不是误诊，给予适当的免疫调节剂进行治疗，肝脏的炎症反应仍然还是可以得到控制。

病毒是引起肝脏炎症的常见原因，能够引起肝脏炎症反应的病毒种类有很多，包括有出血热病毒、风疹病毒、水痘带状疱疹病毒等等。但我们常说的病毒性肝炎所感染的病毒，主要指的是嗜肝病毒。

目前人们已经发现了甲肝病毒、乙肝病毒、丙肝病毒、丁肝病毒、戊肝病毒、己肝病毒和庚肝病毒等嗜肝病毒，还有一些嗜肝病毒至今尚未被人类所认识。凡是喜欢以肝脏组织作为生存基地的病毒，都称为嗜肝病毒。

能够引起肝脏慢性炎症反应的嗜肝病毒，目前较为常见的只有乙肝病毒和丙肝病毒。其他的嗜肝病毒一般都能被人体免疫系统彻底清除。乙肝病毒和丙肝病毒，也只有少数人不能将其从机体内彻底清除。人群中的大多数人都能通过机体的免疫系统，将乙肝病毒或丙肝病毒从机体内部清除干净，至多形成急性炎症反应。

目前我国人群中，大约有 80% 的成年人都已经感染过乙肝病毒，但只有 5% 左右

的成年人不能将病毒彻底清除，成为乙肝病毒慢性携带者。并且这其中只有不到25%的乙肝病毒慢性携带者，将来有可能形成有症状的慢性肝炎，大多数人都将处于无症状携带状态。

目前我国人群中，大约有3.2%的人感染上了丙肝病毒，同样也不是每一个感染者都将形成慢性肝炎，只有不到40%的人，将来有形成慢性肝炎的可能。

这里也许有人要说，只要是病毒慢性感染者，尽管肝功能检查始终处于正常状态，都会存在有慢性肝脏损害，并且还能拿出肝组织活检病理报告的统计数据来加以佐证。其实只要肝脏的功能没有受到大的损害，这种因病毒慢性感染造成的轻度肝脏炎症损害即使客观存在，其所导致的肝脏纤维化进程也是非常缓慢的，一般不会影响到患者的自然寿命。对我们机体健康的负面影响大多微不足道，相关内容将在以后章节里详细讲解。

通过以上内容的介绍现在我们知道，不是所有的肝病都要形成慢性肝炎，即使“有幸”感染上了肝炎病毒，形成慢性肝炎的几率也是极小。如果我们的肝病患者，尤其是患有乙肝或丙肝的肝病患者，过度担心自己的肝病而造成恐惧心理，进而频繁求医，过度治疗，最终的结局可能会让肝病真的变得久治不愈，甚至会导致病情加重。

二、由于心存恐惧，他的肝病逐渐加重

2000年9月的一天，性格内向的蔡先生体检时发现自己体内携带有乙肝病毒，并被确诊为慢性感染。由于他早就听说乙肝病毒能引起慢性肝炎，还有可能发展成为肝硬化，甚至是肝癌，为此他的内心深处十分忧虑，对自己的病情担心惧怕。

于是蔡先生奔波于各大医院四处求医，一心想把乙肝病毒从体内彻底清除。但各大医院的医生都明确告诉他，想把体内的乙肝病毒彻底清除的可能性不大，至多只能是抑制病毒的复制。

面对这样的回答，蔡先生很失望，但他还是不甘心就这样携带着病毒。他认为乙肝病毒在他的体内，就是一颗定时炸弹，一定要想办法把病毒清除掉。后来他听信了虚假传言，把希望的目光一次次地投向了那些不负责任的行医场所。两年下来，钱花去了不少，可体内的乙肝病毒依然如故。

由于对病毒的担心和对乙肝的恐惧，蔡先生变得郁郁寡欢，心事重重，夜不能寐。他的肝区经常出现明显的不适和隐痛的感觉，早晨起来时，经常是腹部饱胀，食欲不振。有一天他胆战心惊地来到医院检查肝功能时，终于被确诊为慢性活动性肝炎，并



接受住院治疗。

住院一个月左右,病情也就得到了控制,并逐渐好转。出院时肝功能复查的各项指标都显示正常。医生叮嘱蔡先生出院后四个月以内一定要继续好好休息,并给予适当的药物治疗。

可是出院后不到两个月,患者的肝功能检查指标又显示异常,并且这次还出现了黄疸。主治医生追问病史才知蔡先生出院以后心里更加惧怕乙肝病毒了,他顾不得好好休息,听信传言,四处奔波寻求抗病毒秘方,并服用了许多虚假广告中的“抗病毒”药物。

蔡先生不得不第二次住院治疗,但他变得更加敏感易怒。身体上稍有不妥,他都要穷问究竟。每次进行相关的化验检查,都是在惊恐难熬中等待着化验结果,心情完全受控于化验结果的好坏。

由于经济并不宽裕,患者这次住院不到一个月,肝功能检查指标尚未达到正常就自动出院了。出院后,蔡先生就在家中接受一些民间的偏方或中草药治疗。因为费用低廉,患者坚持用药一年有余,但肝功能检测指标仍然是反反复复,病情一直未能得到很好的控制,尤其是黄疸指数总是时高时低。

蔡先生的面色越来越难看,灰暗无光,心情变得也越来越忧郁。家庭经济本来就不宽裕,长期就医导致经济负担越来越重。越是害怕肝病,越是病急乱投医,同时还要想办法挣钱,这样一来,心身都不能得到很好的休息。结果当然是病情的反反复复,久治不愈。2005年被确诊为肝硬化腹水,不得不再次住院治疗。

三、心态平和,肝病从此未曾复发

蔡先生被诊断为肝硬化腹水,就像遭遇五雷轰顶,惊恐万分。他反复询问医生,患上肝硬化腹水后,到底还能活多久。医生告诉患者,只要好好治疗,生活上多注意调养,病情不再进展,剩下的肝组织是足够维持正常生理功能,一般不会影响自然寿命。

但是不管医生对病情怎样解释,蔡先生总是认为这是在安慰他。他坚信自己将不久于世,家中的妻儿老小又该怎么办呢,思绪万千,夜夜都很难入睡。

就这样经过一段时间的住院治疗,病情不仅没有好转,反而在一天天加重。肝功能复查显示黄疸指数明显升高。家里人也都在为蔡先生的病情暗自伤心流泪,焦急万分,不知如何是好。就在这个时候来了一位专程来探视蔡先生的朋友,他告诉蔡先生说,自己也是一个肝硬化患者,有过蔡先生同样的病史经历。