

现代农民保健丛书

主编／薛元坤

「肝炎」

GANYAN

朱培福 / 编 著



人民卫生出版社



现代

农民保健丛书

肝 炎

顾 问	钱学仁	徐元华	庞静芳
主 编	薛元坤		
副主编	徐建华	张瑞均	李百坚
	金兴中		
编 著	朱培福		

人民卫生出版社

现代农民保健丛书

肝 炎

主 编：薛元坤

编 著：朱培福

出版发行：人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址：(100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址：<http://www.pmph.com>

E - mail：pmph@pmph.com

印 刷：北京市安泰印刷厂

经 销：新华书店

开 本：850×1168 1/32 印张：5.375

字 数：96 千字

版 次：2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印 数：00 001—5 000

标准书号：ISBN 7-117-04216-8/R·4217

定 价：9.50 元

著作权所有，请勿擅自用本书制作各类出版物，违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

序

人民企盼的一套《现代农民保健丛书》终于出版、下乡与农民朋友见面了。

闻着新书的阵阵清香,你会感到祖国母亲醇厚的胸怀和丛书作者响应党中央号召,为“三下乡”所做的真诚奉献。

近年来,由中宣部、国家科委、文化部、卫生部等十一个部门组织的文化科技卫生“三下乡”活动,在神州大地蓬勃展开。这股“下乡潮”犹如春天的暖流,流过高原、山寨、农舍、田间……为亿万农民群众送去欢乐,送去知识,送去健康,送去党和政府的关怀。实践证明,“三下乡”充分体现了“三个代表”的重要思想,是社会主义新型城乡关系的生动体现,是增强党同农民群众联系的重要桥梁,是新时期农村思想政治工作的有效载体,是推动两个文明建设的积极力量。

为将“三下乡”活动搞得一年更比一年扎实,把“三下乡”活动推向新的发展阶段,人民卫生出版社委托我市编写一套《现代农民保健丛书》,这是面对农村人群的卫生科普读物,是“三下乡”的内容之一,并且已经列入国家“十五”出版规划。具体内容包括医疗、保健、自我识别疾病等 30 种书。丛书顾问和主编精心抓好全书的规划、部署和指导,特组织一批专业水平高、了解基层需求的临床第一线专家选题撰稿。他们怀着把党

和政府的温暖送到农民群众心坎上的巨大热情,贴近农村实际,把脉农民需求,认真著作,花费大量的心血和劳动。他们用心汲取知识养分,传播农村医疗卫生最前沿的新信息,反映本学科领域的最新研究和发展水平。丛书文字深入浅出,既有科学性、实用性、趣味性、可操作性,又有普及性,还适当配上插图,使农民看得懂,用得上,实乃现代农民倡导现代科学、弘扬现代文明的一套好书。因此,我认为,在“三下乡”活动中,这套植根农村、为农民服务的卫生丛书是会受到农村医务工作者和农民大众欢迎的。

改革开放以来,特别是随着社会主义市场经济的深入发展,我国农村面貌发生了翻天覆地的变化,农民物质文化生活水平不断得到提高。但是,社会主义初级阶段是不发达阶段,农村尤其不发达。农村还比较多地存在着不健康的生活习俗和生活方式,环境卫生还没有得到根本的改善,农民自我保护、自我保健的意识淡薄,利用现有卫生资源的能力不强,常常看到有的农民朋友小病拖成大病,大病造成贫困,出现贫病交加的情况。即使一些已经富裕起来的农民由于缺乏相应的卫生知识,还不懂得如何进行健康投资,提高健康水平和生活质量。我国 80% 的人口在农村,如果九亿农民的健康素质没有提高,就不可能说我国全体公民健康素质有了根本提高。以科学破除迷信,以文明改变愚昧,是农民致富、奔小康的必由之路。没有亿万农民的小康,就没有全国人民的小康;没有广大农村的现代化,就没有全国的现代化。“三下乡”活动,向广大乡村

传播先进文化,普及科技知识,倡导文明生活,恰恰符合国家现代化建设的内在要求,有利于解放和发展农村社会生产力,在满足亿万农民群众脱贫致富奔小康的迫切要求中显示出勃勃生机。

为了大地的希望,播撒文明的种子,新一轮“三下乡”的文明之光就像东方冉冉升起的太阳!

迎着新世纪的春天,我寄望这套《现代农民保健丛书》能深深地长留在现代农民的心坎里,能让农民群众健康长寿,能给千家万户带来科学文明,吉祥富裕的幸福明天。

蒋宏坤

中共张家港市委书记

2000年12月

前 言

我国是肝炎大国，病毒性肝炎、肝硬化和肝癌是当前严重危害人民身体健康的常见病、多发病，为向广大读者，尤其是农民朋友、肝炎病人及其家属普及肝炎防治知识，我们编写了这本书。全书以问答的方式主要介绍了各型病毒性肝炎的发病原因、传染方式、表现、治疗以及预防消毒措施等知识，例如“怎样看肝功能化验单，两对半是什么意思，母亲是怎样把乙型肝炎传染给孩子的，如何预防，乙肝表面抗原阳性的人能结婚、生孩子吗？肝炎患者怎样过性生活”等许多大家关心的热点问题，作了比较全面的解答。并对肝硬化和肝癌的预防、保健作了简单的介绍。

由于我们的水平有限，经验不足，缺点和错误之处，恳请广大读者批评指正。

编 者

2000年12月

目 录

1. 从“心肝宝贝”说起	1
2. 肝脏的自述	3
3. 肝炎是怎么回事	6
4. 病毒性肝炎有几种	7
5. 急性黄疸型肝炎是怎么回事	8
6. 有黄疸就是肝炎吗	10
7. 肝炎病人为什么会有肝区痛	11
8. 肝区痛就是肝炎吗	12
9. 肝掌和蜘蛛痣是怎么回事	13
10. 有蜘蛛痣就是得了肝硬化吗	14
11. 肝硬化病人皮肤为什么会变黑	15
12. 肝炎患者抽血主要检查什么	16
13. 怎样看肝功能化验单	17
14. 老年人病毒性肝炎有哪些特点	18
15. 小儿肝炎有什么特点	20
16. 甲型肝炎是怎么回事	21
17. 急性黄疸型肝炎就是甲型肝炎吗	22
18. 甲肝拖延时间长会变成乙型肝炎吗	22
19. 甲型肝炎治愈后还会得其他型肝炎吗	23
20. 接触了甲型肝炎患者该怎么办	24
21. 甲型肝炎是怎么传染的	25
22. 甲型肝炎患者的唾液有传染性吗	27

23. 甲型肝炎好发于什么季节	28
24. 甲型肝炎的流行有哪些特点	28
25. 甲型肝炎什么时候传染性最强, 传染期多长	30
26. 哪些人容易得甲肝	30
27. 甲肝患者的餐具如何消毒	31
28. 甲肝病毒对外界的抵抗力如何	32
29. 甲型肝炎如何预防	33
30. 甲型肝炎病毒在我国人群中感染情况怎样	34
31. 乙肝两对半是什么意思	35
32. 乙肝表面抗原阳性表示什么	36
33. 乙肝表面抗体是什么, 阳性有什么意义	36
34. 什么叫 e 抗原和 e 抗体, 它们阳性表示什么	37
35. 什么是核心抗体, 阳性表示什么	38
36. 怎样看乙型肝炎两对半化验单	40
37. 乙型肝炎表面抗原携带者是怎样形成的	41
38. 乙肝病毒表面抗原阳性的人有传染性吗	42
39. 检查出乙肝表面抗原阳性的人该怎么办	43
40. 乙肝病毒表面抗原阳性的人生活上注意什么	44
41. 无症状乙肝病毒表面抗原携带者预后怎样	45
42. 乙肝病毒携带者的家庭成员应注意什么	47
43. 乙肝表面抗原携带者可以结婚吗	48
44. 乙肝表面抗原阳性的人可以怀孕生孩子吗	50
45. 为什么怀孕妇女应常规检查乙肝病毒血清指标	52
46. 乙肝表面抗原携带者能过性生活吗	53
47. 乙肝病毒携带者能给孩子喂奶吗	54
48. 乙肝病毒主要通过哪些途径传染给他人	55

49. 母亲是怎样把乙肝病毒传染给孩子的, 如何预防	56
50. 乙肝表面抗原阳性的儿童能正常入托、入学吗	59
51. 异性间的性接触能传播乙肝病毒吗	61
52. 乙型肝炎黄疸越深, 传染性就越强吗	63
53. 感染乙肝病毒以后, 是否发展为慢性肝炎与哪些因素有关	64
54. 急性乙型肝炎容易发展为慢性乙型肝炎吗	66
55. 哪些人需要注射乙肝疫苗	67
56. 影响乙肝疫苗预防效果的因素有哪些	68
57. 乙肝疫苗可以与其他疫苗同时使用吗	69
58. 接种乙肝疫苗后就万事大吉了吗	70
59. 注射乙肝疫苗后无效果怎么办	71
60. 注射乙肝疫苗有副作用吗	72
61. 接种乙肝疫苗后免疫力能维持多久	73
62. 乙肝病毒慢性携带者有必要注射乙肝疫苗吗	73
63. 意外针刺或接触带有乙肝病毒的血液怎么办	74
64. 人血丙种球蛋白能预防乙型肝炎吗	75
65. 哪些乙肝病毒感染者需要抗病毒治疗	76
66. 怎样应用干扰素治疗慢性乙型肝炎	80
67. 干扰素治疗慢性乙型肝炎有副作用吗	82
68. 拉米夫定用于治疗慢性乙肝病毒感染情况怎样	83
69. 胸腺肽是怎样用于治疗慢性乙型肝炎的	84
70. 丙型肝炎是怎么回事	85
71. 丙型肝炎的主要传播方式有哪些	86
72. 丙型肝炎有哪些特点	88
73. 丙型肝炎与乙型肝炎有哪些相似之处	89

74. 丙肝病毒也可以发生母婴传播吗	90
75. 丙型肝炎也可以通过性接触传播吗	91
76. 哪些人容易感染丙型肝炎病毒	92
77. 丙肝抗体阳性者有无传播性	92
78. 丙型肝炎的预后怎样	93
79. 丙型肝炎的治疗效果怎样	95
80. 怎样预防丙型肝炎	96
81. 丁型肝炎是怎么回事	97
82. 丁型肝炎是由谁传染的, 哪些人容易感染丁肝 病毒	98
83. 丁型肝炎有什么特点	99
84. 丁型肝炎是怎样传播的	100
85. 在我国丁型肝炎的感染情况怎样	101
86. 如何预防丁型肝炎	101
87. 戊型肝炎有哪些特点	102
88. 戊型肝炎主要有哪些表现	104
89. 戊型肝炎是怎样传播的	105
90. 哪些人容易感染戊型肝炎	106
91. 戊型肝炎什么时候传染性最强	106
92. 感染戊型肝炎病毒以后有免疫力吗	107
93. 戊型肝炎和甲型肝炎有哪些不同	107
94. 戊型肝炎在我国的流行情况怎样	108
95. 如何预防戊型肝炎	109
96. 肝硬化是怎样发生的	110
97. 患了肝硬化常有哪些表现	111
98. 肝腹水是怎么形成的	112

99. 什么是门静脉高压症	115
100. 肝硬化门静脉高压是怎样形成的	116
101. 肝硬化门脉高压有哪些临床表现	117
102. 肝硬化常有哪些并发症	118
103. 肝硬化病人出现黑便是怎么回事	119
104. 肝硬化为什么会引起呕血	120
105. 肝硬化病人为什么容易感到疲倦乏力	121
106. 肝硬化病人出现腹部胀大, 小便少是怎么回事	122
107. 肝硬化病人为什么会出现昏迷	124
108. 肝昏迷有哪些诱发因素, 表现怎样	124
109. 肝昏迷分几期	126
110. 肝硬化患者出现什么情况时要怀疑肝癌发生	128
111. 原发性肝癌有哪些临床特点	128
112. 肝癌的治疗方法有哪些, 发展的趋势如何	130
113. 肝癌的预防	133
114. 肝硬化病人如何合理饮食	136
115. 肝脏为什么容易受药物的损害	137
116. 中药对肝脏也有毒吗	139
117. 乙肝患者用药应注意什么问题	141
118. 肝炎患者滥用保肝药有什么害处	142
119. 肝炎病人临床痊愈后还需继续用药吗	143
120. 肝炎病人肝功能化验结果正常后休息多久为宜	144
121. 肝炎病人为什么不能饮酒	145
122. 肝炎患者怎样补充蛋白质饮食	146
123. 肝硬化病人如何补充蛋白质	148
124. 肝炎患者为什么不宜大量吃糖	149

125. 肝炎患者怎样饮用牛奶	150
126. 肝病患者在饮食方面如何注意防癌	151
127. 肝炎患者怎样过性生活	153
128. 肝炎患者怎样休息	154
129. 家庭中对肝炎病毒常用的消毒方法有哪些	156

1. 从“心肝宝贝”说起

每一位父母把自己的孩子都视为心肝宝贝，人们通常把自己最珍爱的东西比作心肝宝贝，那么，心肝怎么会成为宝贝的呢？心脏和肝脏分别是人体内的一个脏器，好比是人体内的零部件，这两个器官极为重要，与生命息息相关。一个事物的最重要部位被称作核心，离开了核心就不成为事物，心脏便是人体的核心器官，而肝脏的重要性往往不被人们所理解，下面我们来看看我国肝炎的发病情况，以及肝炎的危害，从而更好地了解我们的肝脏、保护我们的肝脏。

我国是病毒性肝炎高发区，肝炎的发病率之高，传染性之强，危害性之大，给千百万患者和家庭带来了莫大的灾难。有统计资料表明，我国一般人群甲型肝炎病毒感染率平均为 80.9%，绝大部分感染者未发病，感染后获得了免疫力，被称为隐性感染，自己不知道。乙型肝炎病毒感染率平均为 57.6%，乙肝病毒表面抗原阳性率平均为 9.8%，这部分感染者大都为乙肝病毒慢性感染者，日后将有可能发展为慢性肝炎、肝硬化、肝癌。丙型肝炎抗体阳性率平均为 3.2%，丙型肝炎比乙型肝炎更容易变为慢性肝炎。乙肝表面抗原阳性者中丁型肝炎抗体阳性率平均为 1.2%，丁型肝炎病毒必须与乙肝病毒同时或重叠感染，也就是说没有乙肝病毒存在为前提条件，就不会感染丁型肝炎病毒，丁型肝炎病毒的感染往往使乙肝

病情加重，并且与乙型肝炎一起形成慢性肝炎。戊型肝炎抗体阳性率平均为 18%。在肝炎当中，病因不明的占病毒性肝炎总数的 12%。据此推算，我国约有 9.7 亿人已经感染过甲肝病毒，6.9 亿人已经感染乙肝病毒，其中 1.2 亿人正携带乙肝病毒，3800 万人已感染丙肝病毒，2.1 亿人已感染过戊肝病毒。

在各种传染病中，病毒性肝炎的发病率和死亡率均占首位，据估计，我国每年急性病毒性肝炎发病约 120 万例；现有慢性肝炎病人约为 1200 万例；每年因肝病死亡约 30 万例，其中 50% 为原发性肝癌，且绝大多数与乙肝和丙肝有关。

据世界卫生组织提供的资料，全世界约有 3 亿人携带乙肝病毒，每年还有 100 万以上新生儿可能感染乙肝病毒，其中大部分最终将发展为慢性肝炎、肝硬化和肝癌。按我国育龄妇女乙肝病毒表面抗原阳性率 7%，婴儿在分娩、喂养过程中感染乙肝病毒发生率 40% 推算，每年约 60 万新生儿将成为乙肝表面抗原携带者。我国各省乙肝表面抗原阳性率平均为 5% ~ 15%，南方高于北方，台湾、香港地区在 15% 以上。

根据 1988 年上海病毒性肝炎的门诊和住院费用推算，我国每年因病毒性肝炎所导致的直接医疗费用达 300 亿 ~ 500 亿元人民币。仅上海每年因急慢性肝炎而损失的劳动日约 360 万工作日，那么，每年全国因病毒性肝炎所导致的间接经济损失又是多少呢！

各位农民朋友们，可以想象了吧，肝脏作为人体内的一个零部件，对人体有多么重要！那么，了解一

些肝炎防治知识，预防肝炎的发生，保护我们的肝脏，维护我们的健康又是多么的必要啊！

2. 肝脏的自述

我位于人体的腹腔内，大部分在腹腔的右上部，小部分在左上腹，是人体内最大的实质性腺体器官，一般重量为 1200~1600 克，占成年人体重的 $1/40 \sim 1/50$ ，男同志的肝脏比女同志的肝脏稍重，小儿的肝脏约占体重的 $1/20$ 。我的外观呈红褐色，质地软而脆，外形呈不规则楔形，左右不对称，右侧钝而厚，左侧扁而窄，左右径约 25 厘米，前后径约 15 厘米，上下径约 6 厘米，上面突起丰满，与膈肌紧接，下面比较扁平，与胃、十二指肠、胆囊和横结肠相邻。我的下界一般不超过肋弓，正常情况下在肋缘下摸不到，而在小儿多可触及。平时我也可以有一定的活动范围，随体位的改变和呼吸运动而移动。

我好比是一个“化工集团公司”，很多原料物质在我的各分厂、车间进行生产、加工，制造身体需要的很多产品，同时还对体内产生的“废水、废气、废渣”等进行无公害处理，时刻保持着人体内环境的清洁。我的血液营养供应十分丰富， $1/4$ 来自动脉，占全身血流量的 $20\% \sim 30\%$ ，富含氧气和营养物质，另外 $3/4$ 来自汇集肠道和脾脏血液的门静脉，供应我平时生产加工所需要的原料物质。

(1) 胆汁的生成和排泌功能：人体内衰老破坏的

红细胞产生的胆红素，经我的摄取、结合和排泄，最后制造成胆汁，当人们进食时，由胆道排放入肠腔，帮助消化脂肪性食物，每天可以产生 800~1000 毫升胆汁，这样，既避免了胆红素对人体的毒害，又变废为宝，为我所用。

(2) 几种重要物质的代谢功能：好比几条重要的生产流水线。①糖的代谢：食物中淀粉和糖类，转化为葡萄糖后经肠道吸收，合成肝糖原并贮存起来，当人体生命活动需要时，我就可以将肝糖原分解成葡萄糖来供应机体利用。正常情况下，调节和维持正常的血糖浓度也是我的工作之一，维持人体正常生命活动所需要的能量主要由葡萄糖在体内的“燃烧”所提供的能量。②脂肪的代谢：肝脏在脂类代谢中占有非常重要的地位，其作用是多方面的。肝脏分泌的胆汁酸盐，具有很强的乳化作用，可以促进脂类的消化吸收，当肝功能受到损伤，胆汁分泌减少时，常有厌油食等症状。肝脏是合成磷脂的主要场所，人体各种组织都能合成磷脂，但是，肝脏合成的磷脂数量最多，各种脂类主要是与肝内的蛋白质结合形成不同类型的脂蛋白，然后运出肝外，如果此环节出现问题，脂肪运输发生故障，严重时就引起脂肪肝。③蛋白质的代谢：人体一般组织都能合成自己的蛋白质；但是，肝脏除合成自己所需要的蛋白质外，还能合成大部分血浆蛋白。肝脏合成的蛋白质占全身合成蛋白质总量的 40% 以上。实验证明，血浆中的白蛋白、部分球蛋白、纤维蛋白以及一些预防出血的凝血物质均是在肝