

编著 杨 玺

爱健康

# 解答

## 乙肝患者 最关心的问题

(第二版)

Jieda Yigan Huanzhe Zui Guanxin De Wenti

科学**认识**乙肝，**消除**乙肝歧视，树立**正确**的治疗理念  
并**规范**治疗行为，才是**乙肝防治**的当务之急。

专家给您指导和建议，告诉您：

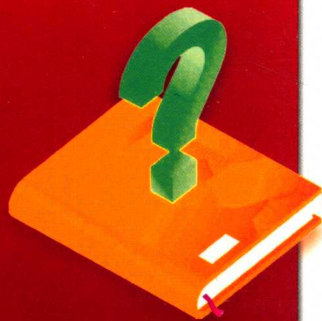
防治“大三阳”和“小三阳”  
的正确方法，如何看“转阴”

治疗乙肝的原则和目标，各种有效的治疗方法  
如何避免乙肝的过度诊（治）疗

乙肝难治、复发的原因及对策

乙肝的疗效如何判定

乙肝患者的日常保健与康复

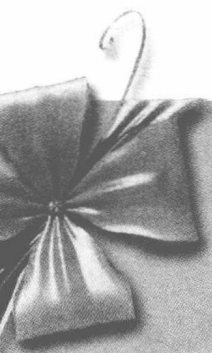


人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

R512.6  
Y303.2-2

爱健康



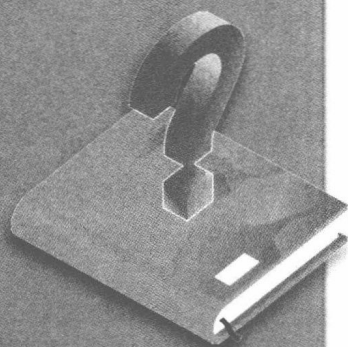
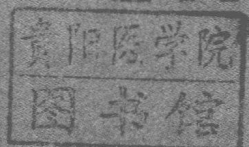
# 解答

## 乙肝患者 最关心的问题

(第二版)

Jieda Yigan Huanzhe Zui Guanxin De Wenti

编著 杨 强



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京



0488389

---

## 图书在版编目(CIP)数据

解答乙肝患者最关心的问题 / 杨 玺编著. —2 版. —北京:  
人民军医出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5091-5408-3

I. ①解… II. ①杨… 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 275725 号

---

策划编辑: 于 岚 文字编辑: 卫肖艳 刘婉婷 责任审读: 谢秀英

出 版 人: 石 虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010)51927290; (010)51927283

邮购电话: (010)51927252

策划编辑电话: (010)51927300-8119

网址: [www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 850mm × 1168mm 1/32

印张: 8 字数: 162千字

版、印次: 2012年1月第2版第1次印刷

印数: 0001-4500

定价: 23.00元

---

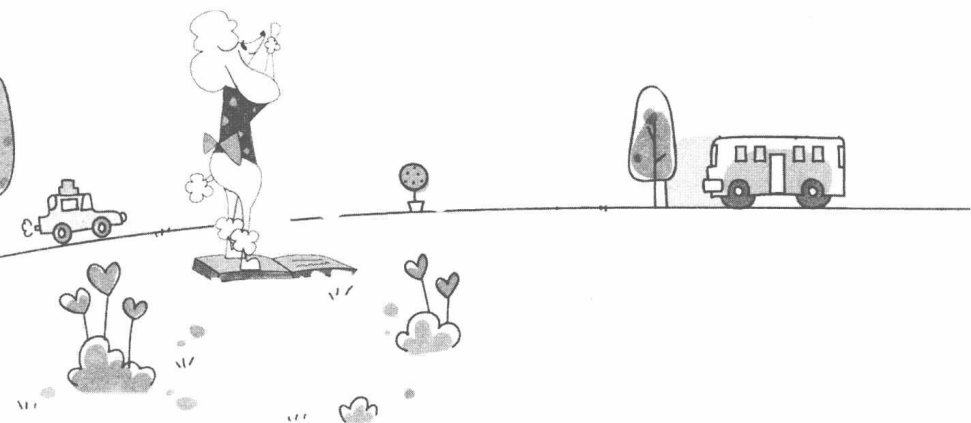
版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



## 内 容 提 要

本书以通俗易懂的语言和问答的形式重点介绍了乙肝预防治疗等基本常识，并就乙肝疗效判定、避免乙肝过度治疗、乙肝复发对策、乙肝患者的心理调节和日常保健等作了详细阐述。本书内容新颖、系统、详实，适合于广大群众，尤其是乙肝患者和家人阅读。同时，对于临床医生也具有一定的参考价值。





## 前 言

我国是乙肝高流行地区。在我国 1.3 亿“转阴”慢性乙肝病毒感染者中，多数人处于与病毒“和平相处”的状态，大约有 25%，即 3000 万人会转为慢性乙肝。

乙肝患者要像高血压、糖尿病患者那样，坚持长期的治疗。通过目前的治疗，最大程度地降低疾病带来的痛苦和负面影响，而不必苦苦地追求“转阴”，因为“转阴”是一个不切实际的目标。乙肝病毒长时间在体内潜伏，感染者应该随时保持警惕，定期到医院检查肝功能和乙肝病毒学指标，一旦发现异常，应立即就医，并根据医生制订的治疗方案进行治疗。有关专家呼吁，科学认识乙肝，消除对乙肝患者的歧视，树立正确的治疗理念并规范治疗行为，是乙肝防治的当务之急。掌握命运的主人是自己，没有神药问世，乙肝患者的心理、精神、饮食、休闲等，对疾病的治疗与身体的康复都十分重要，不要让乙肝把你给压跨。

《解答乙肝患者最关心的问题》一书首次出版发行以来，得到了广大读者的厚爱 and 认可，曾多次重印。但随着时间的推移，医学科学技术的发展，人们对疾病也有了新的认识和新的诊治措施。为此笔者将这本小册子进行了精心、细致的重新编写，形成了现在的第 2 版，她将以既“科”又“普”的全新面貌展现在广大读者面前，使老百姓能够一看就懂，一学就会，一用就灵。希望能够成为广大群众，尤其是乙肝患者的益友。

本书的内容深入浅出、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，由于笔者水平所限，书中不足之处敬请读者不吝指正。

杨 玺

2011 年 9 月

此为试读，需要完整PDF请访问：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)



# 目 录

## 一、乙肝的基本常识 /1

### (一) 乙肝的一般概念 /1

1. 什么是乙肝病毒 /1
2. 什么是乙型病毒性肝炎 /4
3. 乙肝是怎么得上的呢 /6
4. 乙肝有哪些常见症状 /7
5. 什么是无症状乙肝病毒携带者 /8
6. 什么是隐匿型乙肝 /8
7. 隐匿型乙肝的危害比普通乙肝更大吗 /9
8. 什么是急性乙肝病毒感染 /9
9. 什么是慢性乙肝病毒感染 /10
10. 什么是慢性迁延性肝炎 /11
11. 什么是慢性活动性肝炎 /11

### (二) 乙肝的传播途径及其传染性 /12

1. 乙肝病毒感染有哪两种类型 /12
2. 乙肝主要通过哪些途径传播 /14
3. 乙肝病毒也可以通过父婴传播吗 /16
4. 乙肝的传染源是哪些人 /17
5. 与乙肝患者接触就一定会患乙肝吗 /18
6. 乙肝在配偶之间相互传染吗 /18



7. 乙肝病毒携带者能和恋人接吻吗，会不会传染给对方 / 19

8. 共同进餐能传染乙肝吗 / 19

### (三) 乙肝的相关化验检查 / 20

1. “两对半” 单项阳性的临床意义 / 20

2. 怎样认识“大三阳” “小三阳” / 21

3. 乙肝患者怎样看懂化验单 / 22

4. 怎样看待乙肝“两对半” / 25

5. 过频检查乙肝“两对半”有必要吗 / 26

6. 乙肝病毒 DNA 有何临床意义 / 26

7. B 超在乙肝检查中有何作用 / 27

### (四) 乙肝的诊断及分型 / 29

1. 高危人群如何早期发现乙肝 / 29

2. 乙肝患者需要做哪些检查 / 30

3. 慢性乙肝如何分型诊断 / 31

## 二、乙肝的危害性 / 33

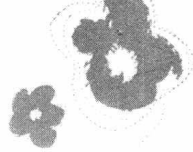
1. 感染乙肝病毒的后果是什么 / 33

2. 乙肝“三部曲”的说法科学吗 / 34

3. 乙肝有哪些并发症 / 34

## 三、正确认识乙肝的预防和治疗 / 36

1. 我国乙肝患者呈“金字塔”式分布吗 / 36



2. 哪六种情况预示着乙肝病毒传染性强 /39
3. 乙肝患者的出路是什么 / 40
4. 乙肝患者可以正常工作吗 /41
5. 防治乙肝有哪“两个科学目标” /43
6. 防治乙肝有哪“三要” /44
7. 防治乙肝有哪“三不要” /45
8. 防治乙肝有哪“四性” /47
9. 乙肝病毒能否被清除 /48
10. 慢性乙肝何以成顽症 /49
11. 慢性乙肝可以治愈吗 /50
12. 治疗乙肝最终目标是阻止肝硬化吗 /51
13. 怎样才能不让乙肝变肝癌 /52

#### 四、乙肝的预防 /55

##### (一) 乙肝的综合预防 /55

1. 切断乙肝病毒传播途径的措施有哪些 /55
2. 身边人感染乙肝病毒怎么办 /57
3. 患乙肝后如何保护自己和家人 /58

##### (二) 乙肝疫苗和乙肝免疫球蛋白可预防乙肝 /60

1. 乙肝疫苗是预防乙肝的根本途径吗 /60
2. 哪些人应接种乙肝疫苗 /61
3. 不同人群如何接种乙肝疫苗 /61
4. 乙肝疫苗该怎么打 /62

5. 接种乙肝疫苗有哪些注意事项 /63
6. 乙肝疫苗要不要复种 /64
7. 注射疫苗后怎么还会患乙肝呢 /65
8. 注射乙肝免疫球蛋白是越早越好吗 /66
9. 如何使用乙肝免疫球蛋白 / 67
10. 乙肝疫苗和乙肝免疫球蛋白联合使用效果如何 /68

## 五、携带乙肝病毒后如何应对 /69

1. 单纯乙肝表面抗原阳性是不是等于乙肝病毒携带者 /69
2. 怎样判断乙肝病毒携带者有无传染性 / 70
3. 乙肝病毒携带者的转归如何 /71
4. 乙肝病毒携带者如何对待自己 /71
5. 乙肝病毒携带者如何治疗 /74

## 六、“大三阳”和“小三阳”如何应对 /76

### (一) 科学应对“大三阳” /76

1. “大三阳”是不是病情轻重的分水岭 /76
2. 如何应对“大三阳” /77
3. 乙肝“大三阳”患者该怎样进行抗病毒治疗 /78

### (二) 科学应对“小三阳” /79

1. “小三阳”，要注意哪三点 /79
2. “小三阳”，到底要不要治疗 /80



3. “小三阳”，什么时间适宜治疗 /81

4. 怎样治疗“小三阳” /82

(三) 正确认识乙肝“转阴”的说法 /83

1. 乙肝“转阴”的意义何在 /83

2. 盲目追求表面抗原“转阴”实际吗 /84

## 七、乙肝的治疗 /86

(一) 治疗乙肝原则和目标 /86

1. 怎样根据乙肝的分期进行治疗 /86

2. 慢性乙肝治疗中有哪“两项关键措施” /87

3. 治疗乙肝有哪“五个目的” /88

4. 治疗乙肝有哪“六大战略战术” / 89

5. 治疗乙肝有哪“八大戒律” /90

6. 终止乙肝有哪“十一项措施” /92

7. 乙肝到什么程度要治疗 / 95

8. 慢性乙肝都需要治疗吗 /96

9. 患隐匿型乙肝怎么办 /96

10. 治疗乙肝要因人而异吗 /97

(二) 乙肝的药物治疗 /99

1. 慢性乙肝常用的药物有哪些 /99

2. 乙肝患者用药要把握哪“三点” /100

3. 乙肝患者用药要牢记哪“四点” /102

4. 乙肝患者用药有哪“四大注意事项” /103

5. 乙肝患者用药有哪“四个宜忌” /104

6. 乙肝患者用药有哪“五性” /105

7. 乙肝患者首次用药要做到稳、准、狠吗 /107

8. 治疗乙肝用药种类宜多吗 /108

9. 乙肝患者用药存在哪些问题 /110

(三) 乙肝最根本的治疗是抗病毒治疗 /113

1. 抗乙肝病毒药物有哪两个“门派” /113

2. 常用的抗乙肝病毒药物有哪些 /114

3. 乙肝抗病毒治疗应该怎样选药 /116

4. 乙肝抗病毒药物该用哪一种 /118

5. 怎样选好两个“门派”的抗病毒药 /120

6. 乙肝抗病毒药物有哪些局限性 /121

7. 乙肝抗病毒治疗需要了解哪“三个问题” /123

8. 乙肝抗病毒治疗有适应证吗 /124

9. 免疫清除期为乙肝抗病毒治疗的最佳时机吗 /126

10. 该抗病毒时，千万别手软 /127

11. 哪些人不需要进行抗病毒治疗 /128

12. 为什么要抓好前6个月的乙肝抗病毒治疗 /128

13. 乙肝抗病毒为什么要把握“123”的原则 /130

14. 慢性乙肝优化治疗是关键吗 /131

15. 乙肝患者为什么要强调“优化治疗” /133

16. 乙肝抗病毒治疗要瞄准哪“三个要点” /135





17. 乙肝抗病毒治疗有哪“三大黄金守则” /136
18. 乙肝抗病毒治疗要严守哪“三大纪律” /138
19. 乙肝患者口服抗病毒药物治疗有哪“五大关键词” /139
20. 乙肝抗病毒治疗口服药物有哪些注意事项 /142
21. 乙肝抗病毒治疗为什么要强调耐药管理 /144
22. 如何保证乙肝治疗的长期有效 /145
23. 乙肝患者为什么要坚持长期抗病毒治疗 /147
24. 乙肝抗病毒治疗的疗程需要多长 /148

#### (四) 合理应用干扰素治疗乙肝 /149

1. 用干扰素治疗乙肝要把握哪“六个关键” /149
2. 干扰素治疗慢性乙肝的对象有哪些 /151
3. 干扰素对慢性乙肝患者有哪些不良反应 /151
4. 影响干扰素治疗乙肝疗效的因素有哪些 /152

#### (五) 合理应用核苷(酸)类似物治疗乙肝 /152

1. 核苷(酸)类抗病毒药治疗乙肝, 全程都要细讲究吗 /152
2. 核苷(酸)类抗病毒药是否需要终身服用 /154

#### (六) 乙肝的免疫调节和保肝治疗 /155

1. 乙肝免疫治疗的药物有哪些 /155
2. 治疗乙肝免疫控制是关键吗 /158
3. 可用于乙肝患者的保肝药物有哪些 /160
4. 慢性乙肝患者如何选用保肝护肝类药物 /162
5. 保肝药有无不良反应 /163

6. 保肝要与抗病毒并举吗 /164
7. 乙肝患者为何要慎用降酶药物 /165
8. 保肝降酶药会不会是乙肝病毒的帮凶呢 /167

#### (七) 中药治疗乙肝 /168

1. 中药治疗乙肝尚需进一步验证吗 /168
2. 为何要以谨慎的态度对待乙肝的中草药治疗 /168

### 八、避免乙肝的过度诊疗 /171

1. 乙肝过度诊疗有哪些表现 /171
2. “过度诊疗”带来的危害巨大吗 /173

### 九、乙肝难治和长期治疗的对策 /175

1. 乙肝为什么难治疗 /175
2. 慢性乙肝为何治不好 /175
3. 乙肝治疗失败的原因何在 /178
4. 乙肝难治，需要患者和医生配合吗 /179
5. 慢性乙肝患者能不能随意停药 /180
6. 治疗乙肝关键在于打好“持久战”吗 /181
7. 慢性乙肝长治才能久安吗 /182

### 十、乙肝患者需要定期复查 /185

1. 慢性乙肝患者为什么要定期随访 /185





2. 乙肝患者定期监测的目的何在 /186
3. 慢性乙肝患者定期复查的意义何在 /186
4. 乙肝患者常规要复查的项目有哪些 /188
5. 建议慢性乙肝患者每年进行体检 /190

## 十一、乙肝复发的原因及对策 /191

1. 乙肝复发有哪些“元凶” /191
2. 何谓乙肝经治复发 /193
3. 何谓乙肝“停药后复发” /194
4. 怎样发现乙肝复发 /195
5. 防止乙肝病情反复的关键在用药吗 /195
6. 怎样将乙肝复发风险降到最低限度 /197
7. 慢性乙肝治疗后复发怎么办 /199
8. 慢性乙肝经治复发者再治要不要换药 /200

## 十二、乙肝患者的心理调节 /202

1. 乙肝患者面临的心理问题有哪些 /202
2. 乙肝患者的心理养生重要吗 /203
3. 好心情胜过“保肝”良药吗 /205
4. 乙肝患者怎样克服心理障碍 /206

## 十三、乙肝的疗效判定 /209

1. 乙肝治到何时才算好 /209

2. 如何判断乙肝的疗效 /211
3. 如何判定乙肝抗病毒治疗有没有效 /212
4. 慢性乙肝能够被根治吗 /213
5. 慢性乙肝治愈标准是什么 /214
6. “阳转阴”就是乙肝痊愈吗 /215

#### 十四、乙肝患者的日常保健 /216

1. 乙肝患者要注重保健吗 /216
2. 乙肝患者如何保证肝功能正常 /217
3. 慢性乙肝患者怎样进行饮食调理 /218
4. 慢性乙肝患者的饮食应注意什么 /220
5. 乙肝患者有哪些禁忌 /223
6. 乙肝患者都有哪些忌口呢 /225
7. 乙肝患者不忌酒等于“慢性自杀”吗 /228

#### 十五、走出乙肝防治中的种种误区 /230

1. 防治乙肝的误区知多少 /230
2. 乙肝的用药误区知多少 /235

## 一、乙肝的基本常识

### （一）乙肝的一般概念

#### 1. 什么是乙肝病毒

我叫乙肝病毒（HBV），实际上应该叫我乙型肝炎病毒。我们有一个很庞大的家族，有很多兄弟姐妹，分别叫甲、乙、丙、丁、戊、庚等型肝炎病毒。我们的本领很大，可通过不同的方式进入人的体内，使人们传染上不同类型的肝炎。目前，由我引起的肝炎每年造成了 100 多万人死亡，在中国有 1.3 亿人的血液内携带着我，都叫他（她）们乙肝病毒携带者。这是我的骄傲，因在我们家族中我传染的人最多。我的传播本领也很大，首先我可以通过母婴途径传播，也就是如果母亲血液内携带有我的话，可能通过胎盘将我传播给胎儿，传染与否决定我本身的乙肝 e 抗原，也就是乙肝 e 抗原阳性的母亲，所生的婴儿 80% 被感染。妇女还可以在分娩时、喂奶时将我传染给婴儿。我的最

大特点是通过血液传播，如输入含有我的血液，或皮肤破损互相接触，或使用消毒不严格的手术器械、美容器械、刮胡刀，或非一次性注射器等，我都可以乘虚而入，借着这些东西进入他人的血液里。我可以从口腔黏膜的破损面跑出来，通过碗筷跑到饭菜里，传染给别的人，如果同吃饭的人有胃、肠溃疡或出血倾向，我一下子就可从这些地方钻进去，于是又有一个人被传染了。当然在一般情况下，健康的人和乙肝患者握手、拥抱、共同进餐、在一起办公等我是进入不了人体的。

我一旦进入人体内，在血液中就像一条鱼在大江大河遨游一样，一部分随血液到处乱跑，一部分跑到我的老窝——肝脏，与肝细胞紧密结合在一起，在肝细胞内“生儿育女”——复制繁殖。这时候，别看我“拳打脚踢”“生儿育女”及“招兵买马”准备与人体大干一场，可人体竟不知我的存在，因为这时人体没有任何症状。等到我的队伍强大了，把人的肝脏破坏了，出现了一系列的肝炎症状时，人才知道是我捣的鬼。哈哈！知道了又怎么样呢，为时已晚了呀！这就是我的本领。然而现在人类也学聪明了，动不动就抽血化验一下，看体内有没有我的存在。这也难怪，因为由于我的存在，很多人在升学、就业、招工、参军等方面都受到影响。现在检查我的方法有很多种，但普通的方法是化验血液中的乙肝五项指标，也叫做乙肝两对半。这里面可有讲究：一般检查后的排列方式是：①乙肝表面抗原(HBsAg)；②乙肝表面抗体(抗-HBs)；③乙肝e抗原(HBeHg)；