



名医与您谈疾病丛书

总主编 李广智

您是否有过“挂名医号难，多听名医指导更难”的抱怨？
该丛书帮您**把名医请到家里来**，您百问，他百答，
时刻为您的生命健康保驾护航

脂肪肝

主 编 周玉坤



中国科普作家协会
上海市科普作家协会医卫专业委员会
上海图书馆讲座中心
上海医学会科普学会

推 荐 优 秀 科 普 读 物

上海市科学技术协会《名家科普讲坛》参与组织编写



中国医药科技出版社

名医与您谈疾病丛书

脂 肪 肝

总主编 李广智
主 编 周玉坤

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

脂肪肝/周玉坤主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2009. 4
(名医与您谈疾病丛书)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 4105 - 7

I. 脂… II. 周… III. 脂肪肝—防治 IV. R575. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 016674 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 程明

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. cspyp. cn

规格 958 × 650mm $\frac{1}{16}$

印张 14

字数 153 千字

印数 1 - 5000

版次 2009 年 4 月第 1 版

印次 2009 年 4 月第 1 次印刷

印刷 北京市密东印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 4105 - 7

定价 28.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

内 容 提 要

脂肪肝在中国是仅次于病毒性肝炎的第二位常见肝病，有专家预测脂肪肝在未来的二三十年内将成为第一位肝病。本书重点介绍脂肪肝的一般知识、病因、症状、诊断与鉴别诊断、治疗以及预防保健，通过对该疾病的系统介绍，使脂肪肝的相关知识得到进一步普及，使脂肪肝得到早期发现、早期诊断和合理治疗，指导广大人民群众远离脂肪肝，告别脂肪肝。本书适合临床医生、脂肪肝患者和家属阅读，更可作为广大人民群众提高自我保健能力的科普读物，尤其适合于脂肪肝高危人群阅读。

名医与您谈疾病丛书

编 委 会

学术顾问
主任委员
副主任委员
委 员

钟南山 陈灏珠 郭应禄

吴少祯

王应泉 许 军 李 燕

(按姓氏笔画排序)

丁小强 于晓峰 万欢英 马金忠

方 凤 方 栩 王灵台 王侠生

王宪衍 王祖承 仇霞芬 方宁远

邓伟吾 刘 焰 许 讯 朱光斗

任正刚 向红丁 刘志民 许曼音

李 刚 李 明 李 敏 张 伟

张 哲 杨勤萍 李广智 李定国

肖泽萍 吴艺捷 吴星伟 邱庆华

邱德凯 何家扬 邹海东 陈生弟

陈圣祺 陈雨强 郑 兴 郁汉明

罗邦尧 周玉坤 郑志忠 郑松柏

赵 瑛 胡大一 胡允平 保志军

姚健凤 徐 通 高 燕 夏术阶

顾同进 钱荣立 倪立青 徐正婕

徐金华 高蓓莉 崔 龙 董 频

彭志海 葛均波 蒋一方 程怀瑾

程蔚蔚 焦青萍 富名水 熊伍军

科普顾问
秘 书

朱建坤
范志霞 (兼)

《脂肪肝》

编委会

主 编 周玉坤
副主编 宛新建 张修礼 张 迁
编 委 (按姓氏笔画排序)
 吴旭东 张 迁 张智高 张修礼
 周玉坤 宛新建 贾爱芹

忠金江 英友云 和如于 霞小丁
 志列王 台吴王 琳 衣 凤 衣
 亚宁衣 谷露清 承野王 世庚王
 平洪来 后 祥 段 阪 吾静取
 音夏林 天志庆 丁立向 刚五升
 林 崇 琳 李 阳 李 刚 李
 国文李 曾气李 英健林 黄 岩
 华刘平 叶呈吴 黎芒吴 魏新洪
 康达祖 康敬耀 薛奇叶 周静平
 柳以琳 兴 琳 顾雨新 塔圣燕
 林林欣 忠志群 申正凤 姜珠雯
 军志群 平成民 一大陆 甄 珠
 旭宋夏 燕 高 甄 余 凤静琳
 梅五翁 青丘敏 丘爱野 桂国甄
 陈 董 孙 琳 陈静高 毕金琳
 蔡利群 衣一燕 甄似葛 甄志健
 毕玉琳 小彦富 蔡香晨 甄静群

(兼)

贾志英 向 甄 晋 群
 许 群

序 *forward*

自地球上出现人类以来，人类与疾病的斗争就开始了，从迫于生存到追求健康、延长寿命，医学也经历了诞生、发展的过程。随着科学的不断发展，医学也在不断进步，成为一门不断创新的学科。

在 20 世纪中叶之前，威胁人类健康的疾病主要是传染病，人们多以各种疫苗的接种作为主要预防手段，以各种抗生素和化学药物的应用作为主要治疗手段，使大多数传染病得到了控制。

目前，主要威胁人类健康的疾病已发生了转变，与生活水平提高、平均期望寿命延长、不良生活方式泛滥以及心理、行为和社会环境影响相关的心脑血管病、代谢性疾病、老年性疾病、恶性肿瘤和精神性疾病占据了主导，这一变化医学上称为流行病学转变。

流行病学的转变导致了医学模式已从“生物医学模式”转变为“生物-心理-社会医学模式”，体现在医疗卫生工作就是从以疾病为主导转变为以健康为主导。满足人们对医学的需求不仅是面向个体的医疗保健，更需要面向群体的卫生保健；疾病防治的重点不仅是危害人群健康的传染病，更要重视与心理、社会和环境因素密切相关的非传染病。为达到上述目的，医疗卫生工作需要得到广大人民群众的支持和配合，而要获得这样的配合首先要让广大人民群众更多地了解他们及其家属所患的疾病，向他们普及医学科学知识则是一个很有效的方法。

《名医与您谈疾病丛书》就是一套这样的医学科普读物，采用读者问、名医答的形式，对71种常见疾病、综合征或重要症状表现、诊断、治疗、预防保健等问题，做尽可能详细而通俗的阐述；并特别选答在临床诊疗中患者询问医师最多的问题，为读者提供实用的防治这些疾病的有关知识。它既适用于患者及其家属更全面地了解疾病，也可供医务工作者向病人介绍其病情，解释采取的诊断方法、治疗步骤、护理措施和预后判断。

本丛书涵盖了临床各系统、各科的相关疾病、综合征和重要症状。该丛书包括：高血压，冠心病，脑卒中，头痛，失眠，心肌炎，心律失常，癫痫，老年性痴呆，帕金森病，糖尿病，更年期综合征，甲亢，痛风，高脂血症，类风湿关节炎，咳嗽，支气管哮喘，支气管肺癌，感冒，慢性阻塞性肺疾病，慢性鼻炎，慢性咽炎，妇科炎症，子宫肌瘤，产后病，痛经与经前期综合征，妊娠期病症，乳腺疾病，脱发，性病，银屑病，皮炎、湿疹、荨麻疹，白癜风，炎症性肠病，消化性溃疡，慢性胃炎，胃癌，肝癌，胃食管反流病，便秘，胆囊炎与胆石症，肝硬化，消化道出血，乙型肝炎，脂肪肝，肛肠疾病，大肠癌，尿路感染，前列腺疾病，性功能障碍，肾脏肿瘤与膀胱疾病，泌尿系结石，结膜炎，白内障，黄斑变性，青光眼，小儿多动症，小儿厌食症，儿童肥胖症，骨折，骨关节病，腰椎间盘突出症，颈肩腰腿痛，贫血，白血病，肾炎，尿毒症，抑郁症，焦虑障碍，口腔疾病。

相信本丛书的出版，将会受到患者及其家属的欢迎，为个体的医疗保健和群体的卫生保健服务作出贡献，故乐为作序。

陈淑珠

2009年3月

让名医陪伴您身旁

——代前言

我有一个梦，

让名医陪伴您身旁，时刻为您的生命健康保驾护航；

我有一个梦，

让人人心里都洒满阳光，只要心里充满希望，人间处处都是天堂；

我有一个梦，

希望人人都不生病或少生病，生了病都能得到及时的、最好的医治；

……

追忆至梦的开始，是一段医患对话催生了我的梦。患者：“我排队排了二三小时，您给我诊治疾病却只花二三分钟！”医生：“如果我给您诊治三四分钟，您可能就需要排三四小时的队”……

我当时想，如果有一天，能将医生的忠告、医嘱和疾病防治的知识，编撰成几十本医学科普读物，病人或读者有什么问题，都可以在书中找到答案，多好啊！

时过境迁，随着针对传染性疾病的第一次卫生革命和针对慢性疾病的第二次卫生革命取得的巨大成功，人类迎来了第三次卫生革命，“21世纪人人享有卫生保健”的口号体现了人类健康的完美追求和人性的绝对平等，人类健康正受到空前未有的重视。

如果说第一次卫生革命的主要武器是疫苗和抗生素的话，那么第二次第三次卫生革命的主要法宝是健康教育、健康促进和自我保健。

近来，国家卫生部针对老百姓盲目就医，各类医院接诊量严

重不均；同时，某些医疗机构诱导病人过度消费医药，多检查、多开药、开大处方，专家门诊存在着“用高射炮打蚊子”的状况，从而造成医疗资源浪费；农村医疗网络不健全致使许多家庭因病返贫等问题，颁布了一系列文件，重申医疗改革的重点将进行“战略前移”和“重心下移”。所谓“战略前移”，即把过去的重治疗改为重预防；“重心下移”，即把过去重三级、二级大医院改为将医疗卫生的重点放到社区去。使中国民众树立“预防为主，保障健康”的理念，做到疾病早发现、早诊断、早治疗，提高慢性病的知晓率、控制率，减少重大疾病的发生率。

结合这一医疗改革的新形势，乘着人们保健需求越来越高的强劲东风，中国医药科技出版社想百姓所想，急百姓所急，与国内医学界名医专家联手，共同打造出《名医与您谈疾病丛书》。“旧时王榭堂前燕，飞入寻常百姓家”，本丛书以健康为目的，把名医请到您身边，全面普及医学科普知识，把健康保健的金钥匙送到大家手上，满足人民群众“多听指导少排队”的迫切愿望。一书在手，专家与您面对面，百问百答，有问必答，时刻为您的生命健康保驾护航！

本丛书共71种分册，囊括内、外、妇、儿等各科的常见病、多发病、慢性病。丛书的编写得到中国工程院院士陈灏珠、钟南山、郭应禄和医学专业或科普界的知名人士，如钱荣立、胡大一、向红丁、邓伟吾、陈生弟、王祖承等的大力支持和赞誉，使本套丛书蓬荜生辉。在此表示诚挚的谢意！

中国科普作家协会会员

上海市科普作家学会医卫专业委员会副主任委员 **李广智**

上海市医学会科普学会委员

2009年3月

Contents

目 录

常识篇

肝脏的位置、形态如何?	(3)
肝脏的主要功能有哪些?	(3)
肝脏在脂肪代谢中的作用是什么?	(4)
什么是血脂?	(5)
正常的血脂水平是多少?	(5)
高脂血症分为几种类型?	(6)
脂蛋白分哪几种类型?	(6)
什么是中性脂肪?	(6)
人体脂类如何分布?	(7)
脂肪是怎样储存和动员的?	(7)
脂肪细胞有哪些功能?	(8)
什么是瘦素?	(8)
补充瘦素能治疗肥胖症吗?	(9)
为什么说减肥应从娃娃抓起?	(9)
什么是肥胖症?	(10)
内脏型肥胖与皮下脂肪型肥胖哪种更易引起脂肪肝?	(10)
肥胖症如何分度?	(11)
什么是脂肪肝?	(11)
脂肪肝如何按肝细胞内积蓄脂肪性质分类?	(12)
脂肪肝病理上分哪几种类型?	(12)
肉眼观察到的脂肪肝是什么样子?	(13)
临床上脂肪肝分哪几种类型?	(13)
脂肪肝如何分度?	(14)
脂肪肝如何分期?	(14)

引起脂肪肝的常见药物有哪些?	(15)
脂肪肝有急慢性之分吗?	(15)
脂肪肝的发病机制是什么?	(16)
什么是脂肪肝的“二次打击”学说?	(16)
脂肪肝的发展规律和结局是什么?	(17)
什么是酒精性脂肪肝?	(17)
什么是非酒精性脂肪肝?	(18)
什么是单纯性脂肪肝?	(18)
什么是脂肪肝性肝炎?	(18)
什么是脂肪肝性肝纤维化?	(19)
什么是脂肪肝性肝硬化?	(19)
脂肪肝有哪些常见并发症?	(19)
脂肪肝常合并哪些疾病?	(20)
脂肪肝对人体有哪些危害?	(21)
为什么说脂肪肝容易诱发或加重糖尿病?	(22)
为什么说脂肪肝容易促进动脉粥样硬化的形成?	(22)
哪些情况的脂肪肝比较难治?	(23)
什么是肥胖性脂肪肝?	(23)
什么是营养不良性脂肪肝?	(24)
什么是糖尿病性脂肪肝?	(24)
什么是儿童脂肪肝?	(24)
什么是急性药物性脂肪肝?	(25)
什么是慢性药物性脂肪肝?	(25)
什么是炎症性脂肪肝?	(26)
什么是皮质醇增多症性脂肪肝?	(26)
什么是甲状腺功能亢进性脂肪肝?	(27)
什么是妊娠期急性脂肪肝?	(27)
什么是脑病脂肪肝综合征?	(28)
什么是类脂质沉积病?	(28)
什么是局灶性脂肪肝?	(29)
肝脂肪瘤与脂肪肝是什么关系?	(30)
脂肪肝会传染吗?	(30)
脂肪肝能否癌变?	(31)

(02)	脂肪肝与遗传有关吗?	(31)
(02)	脂肪肝与年龄有什么关系?	(32)
(12)	脂肪肝与体型有什么关系?	(32)
	脂肪肝患者能怀孕吗?	(33)
	什么是全胃肠外营养相关性脂肪肝?	(33)
(22)	从事哪些职业的人易患脂肪肝?	(34)
(20)	“亚健康”多是脂肪肝惹的祸吗?	(35)
(70)	脂肪肝发病率为何会呈上升趋势?	(35)
(71)	你属于脂肪肝高危人群中的一员吗?	(36)

症状篇

(02)	脂肪肝的早期信号是什么?	(41)
(02)	哪些线索提示脂肪肝倾向?	(41)
(00)	脂肪肝常与哪些疾病合并存在?	(41)
(00)	脂肪肝有哪些临床表现?	(42)
(10)	急性脂肪肝有哪些临床表现?	(42)
(20)	单纯性脂肪肝为什么老是肝区隐痛?	(43)
(20)	轻度脂肪肝的临床表现是什么?	(43)
(00)	中度脂肪肝的临床表现是什么?	(44)
(00)	重度脂肪肝的临床表现是什么?	(44)
(40)	营养不良性脂肪肝的临床表现是什么?	(45)
(20)	儿童性非酒精性脂肪肝的临床表现是什么?	(45)
(20)	妊娠期急性脂肪肝的症状是什么?	(45)
(00)	脑病脂肪肝综合征 (Reye 综合征) 的临床症状是 什么?	(46)
(70)	肝炎后脂肪肝的临床表现是什么?	(47)
(80)	酒精性脂肪肝有哪些临床表现?	(47)
(20)	局灶性脂肪肝有症状吗?	(48)
(90)	酒精性肝炎有哪些临床表现?	(48)
(01)	酒精性肝炎不需要重视吗?	(48)
(01)	非酒精性脂肪性肝炎有哪些症状?	(49)
(11)	肥胖性脂肪肝有哪些临床特点?	(49)
(11)	糖尿病性脂肪肝有哪些临床特点?	(50)

- (1E) 肝原发性脂肪肉瘤有哪些临床表现? (50)
- (5E) 高脂血症的临床表现是什么? (50)
- (5E) 肥胖症的临床表现是什么? (51)

病因篇

- (4E) 脂肪肝的常见病因有哪些? (55)
- (2E) 脂肪肝发病机制是什么? (56)
- (2E) 过多摄入脂肪为什么易得脂肪肝? (57)
- (2E) 输入脂肪乳是否容易得脂肪肝? (57)
- 血脂正常就不会得脂肪肝吗? (58)
- 血脂高就会得脂肪肝吗? (58)
- (1A) 全胃肠外营养与脂肪肝有何关系? (59)
- (1A) 空回肠旁路手术为何会得脂肪肝? (59)
- (1A) 为什么糖尿病易合并脂肪肝? (60)
- (5A) 营养不良的临床分型是什么? (60)
- (5A) 营养不良也会诱发脂肪肝吗? (61)
- (8A) 减肥也能“饿”出脂肪肝吗? (62)
- (8A) 现代青年女性患脂肪肝的原因是什么? (62)
- (4A) 肥胖之人為何多伴有脂肪肝? (63)
- (4A) 为什么机关职员比工人更易患脂肪肝? (63)
- (2A) 哪些生活习惯易患脂肪肝? (64)
- (2A) 小儿脂肪肝常见的病因有哪些? (65)
- (2A) 病毒性肝炎与脂肪肝的关系是什么? (65)
- 妊娠期急性脂肪肝的诱因是什么? (66)
- (2A) 药物性脂肪肝是怎么产生的? (66)
- (7A) 急性重症脂肪肝的病因是什么? (67)
- (7A) Reye 综合征的病因是什么? (68)
- (8A) 吸烟会引起脂肪肝吗? (69)
- (8A) 酒精性脂肪肝是如何形成的? (69)
- (8A) 运动会损害脂肪肝患者的肝功能吗? (70)
- (9A) 易患脂肪肝的四大潜在人群是什么? (70)
- (9A) 遗传性因素与脂肪肝的关系是什么? (71)
- (0E) ANI 指数能鉴别脂肪肝病因吗? (71)

- (70) 老年脂肪肝的主要原因是什么? (72)
- (70) 中医怎样认识脂肪肝的病因病机? (72)

诊断与鉴别诊断篇

- (80) 脂肪肝应该做哪些检查? (75)
- (80) 脂肪肝有哪些病理改变? (75)
- (80) B超是脂肪肝的首选诊断方法吗? (76)
- 影像检查在脂肪肝早期诊断的意义是什么? (77)
- (80) 脂肪肝的诊断依据有哪些? (77)
- (80) 怎样看肝功能检验单? (78)
- (80) 血脂测定有哪些项目? (79)
- (80) 血清纤维化指标对诊断脂肪肝有何作用? (80)
- (80) 什么是肝脏细胞活检? (81)
- (80) 哪些情况下需行肝脏细胞活检? (81)
- (80) 肝活检对脂肪性肝病诊断的意义如何? (82)
- (80) 肝活检的取材方法有哪些? (83)
- (80) 肝活检安全吗? (83)
- (80) 肝活检前应如何准备, 术后可有哪些并发症, 如何处理? (84)
- 抽血化验在脂肪肝诊断中起什么作用? (85)
- (81) 如何诊断药物性脂肪肝? (86)
- (81) 脂肪肝容易与哪些疾病混淆? (86)
- (81) 如何诊断急性妊娠脂肪肝? (87)
- (81) 急性妊娠脂肪肝需和哪些疾病相鉴别? (88)
- (81) 脂肪肝患者易患糖尿病吗? (89)
- (81) 脂肪肝是一种独立疾病吗? (90)
- (81) 脂肪肝如何分类? (90)
- (81) 如何早期发现脂肪肝? (91)
- (81) 磁共振和肝动脉造影对脂肪肝的确诊有何价值? (92)
- (81) 酒精性肝病如何诊断? (92)
- (81) 酒精性肝病临床分型及诊断是什么? (93)
- (81) 酒精性脂肪肝的 CT 表现有哪些? (94)
- (81) 酒精性脂肪肝的实验室检查手段有哪些异常? (95)

(57)	酒精性脂肪肝患者肝功能异常有哪些特点?	(95)
(57)	何谓单纯性酒精性脂肪肝?	(96)
	酒精性脂肪肝并发肝炎病毒携带该如何诊断?	(97)
	患慢性病毒性肝炎合并非过量饮酒者如何鉴别?	(97)
(57)	酒精性脂肪肝合并慢性病毒性肝炎如何诊断?	(98)
(57)	酒精性肝损伤患者如何与其他损伤因素区别?	(99)
(60)	如何诊断非酒精性脂肪肝?	(99)
(77)	非酒精性脂肪肝的临床分型有哪些,各自须符合哪些 条件即可诊断?	(100)
(87)	B超如何鉴别非均匀性脂肪肝?	(101)
(93)	如何诊断肥胖相关性脂肪肝?	(101)
(98)	肥胖相关性脂肪肝如何与其他相关疾病相鉴别?	(102)
(18)	TWEAK 问卷对酒精性脂肪肝诊断有何意义?	(103)
(18)	MAST 问卷对酒精性脂肪肝的诊断有何意义?	(104)
(58)	小肠旁路术相关性脂肪肝如何诊断?	(105)
(88)	Reye 综合征与脂肪肝有何关系?	(106)
(88)	Reye 综合征如何诊断?	(106)
	什么是 Zieve 综合征,如何诊断?	(107)

治疗篇

(68)	脂肪肝需要治疗吗?	(111)
(68)	脂肪肝没有症状也需要治疗吗?	(111)
(58)	脂肪肝需要长期综合性治疗吗?	(112)
(88)	脂肪肝治得好吗?	(113)
(68)	脂肪肝的根本治疗是病因治疗吗?	(113)
(69)	脂肪肝的病因治疗需要注意哪些问题?	(114)
(69)	戒酒能否逆转酒精性肝病?	(115)
(18)	哪些药物可以帮助戒酒?	(116)
(59)	如何治疗酒精依赖症?	(117)
(59)	肥胖者要减轻多少体重就可改善脂肪肝?	(117)
(59)	哪些方法有助于肥胖性脂肪肝病人减肥?	(118)
(60)	减肥的注意事项是什么?	(119)
(29)	哪些药物可以帮助减肥?	(120)

(50)	哪些肥胖患者需要外科手术治疗?	(122)
(51)	如何预防减肥后体重反跳?	(122)
(52)	怎样治疗伴随糖尿病的脂肪肝?	(123)
(53)	哪些药物可以改善胰岛素抵抗?	(124)
(54)	没有糖尿病的脂肪肝患者也需要服用二甲双胍吗?	(126)
(55)	二甲双胍有哪些不良反应?	(127)
(56)	转氨酶异常是不是二甲双胍的禁忌证?	(128)
(57)	脂肪肝患者要用降血脂药吗?	(129)
(58)	脂肪肝患者如何选择降血脂药物?	(130)
(59)	脂肪肝用“他汀”安全吗?	(132)
(60)	如何降脂不伤肝?	(134)
(61)	哪些脂肪肝病人需要接受保肝药物治疗?	(135)
(62)	保肝药物在脂肪肝的治疗中仅起辅助作用吗?	(136)
(63)	脂肪肝常用的保肝药物有哪些?	(137)
(64)	多烯磷脂酰胆碱治疗脂肪肝的效果如何?	(138)
(65)	熊去氧胆酸也可以治疗脂肪肝吗?	(139)
(66)	脂肪肝患者需要垂盆草、联苯双酯等药物吗?	(140)
(67)	如何从肠道入手治疗脂肪肝?	(141)
(68)	中医如何看待脂肪肝?	(143)
(69)	如何辨证施治脂肪肝?	(144)
(70)	哪些中药可以减肥降脂?	(146)
(71)	哪些中药有兼顾降血脂和促进肝内脂肪消退的作用?	(147)
(72)	各种临床验方治疗脂肪肝的效果如何?	(148)
(73)	哪些中成药可以辅助治疗脂肪肝?	(149)
(74)	中药治疗脂肪肝是不是绝对安全?	(150)
(75)	可用于治疗脂肪肝的中药单方和验方有哪些?	(151)
(80)	病毒性肝炎合并非酒精性脂肪肝怎么办?	(153)
(81)	病毒性肝炎合并酒精性肝病怎么办?	(154)

预防保健篇

(08)	怎样预防脂肪肝?	(159)
(09)	脂肪肝如何进行生活调养?	(160)
(10)	脂肪肝如何进行精神调养?	(161)