

生活保健百科全书

保
健
百
科

肖冰心 编著

肝病



中国妇女出版社

【生活保健百科丛书】

保
健
百
科

肖冰心 编著

肝病



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

肝病保健百科/肖冰心编著. —北京:中国妇女出版社,

2007. 12

ISBN 978 - 7 - 80203 - 496 - 9

I. 肝... II. 肖... III. 肝疾病—防治 IV. R575

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 180317 号

肝病保健百科

作 者:肖冰心 编著

责任编辑:付 宗

插 图:任雅帅

封面设计:沈 琳

责任印制:王卫东

出版发行:中国妇女出版社出版发行

地 址:北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码:100010

电 话:(010)65133160(发行部) (010)65133161(邮购)

网 址:www. womenbooks. com. cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京忠信诚胶印厂

开 本:145 × 210 1/32

印 张:14

字 数:215 千字

版 次:2008 年 1 月第 1 版

印 次:2008 年 1 月第 1 次

书 号:ISBN 978 - 7 - 80203 - 496 - 9

定 价:24. 80 元

版权所有·侵权必究(如有印装错误,请与发行部联系)

目 录

一、肝脏的基本知识 / 1

- 肝脏的解剖学知识 1
- 肝脏的组织学特点 2
- 肝脏的基本生理功能 3
- 肝脏的再生功能 7

二、中医对肝脏的基本认识 / 8

三、中西医对肝脏基本认识上的差异 / 9

四、肝炎的基本知识 / 11

- 什么叫肝炎 11
- 肝炎的类型 11

■ 各种病毒性肝炎的特点	12
● 甲型肝炎	12
● 乙型肝炎	13
● 丙型肝炎	14
● 丁型肝炎	14
● 戊型肝炎	15
● 庚型肝炎	16
● TTV 肝炎	16
■ 病毒性肝炎的发病机制	16
■ 各种病毒性肝炎的病理变化和临床表现	19
● 急性肝炎的病理变化	19
● 急性肝炎的临床症状	20
■ 肝硬化典型临床表现	23
● 肝功能代偿期	23
● 肝功能失代偿期	23
● 肝炎的早期发现	27
■ 肝功能检测项目的选择和评估	28
■ 肝功能检查的项目	29
● 血清蛋白检测	29
● 胆红素检测	31
● 血清酶检测	33

目录

■ 常见的肝脏疾病检测手段有哪些	36
■ 各种病毒性肝炎的诊断标准	37
● 临床诊断	37
● 病原学诊断	42
● 病理组织学诊断	44
■ 药物性肝炎的诊断标准	48
■ 肝炎的一般传染途径与预防	49
■ 甲型肝炎	50
● 甲型肝炎的传染源	50
● 甲型肝炎的易感人群	50
● 甲型肝炎病毒的粪—口传播途径	51
● 甲型肝炎的预防	52
■ 乙型肝炎	53
● 乙型肝炎的传染源	53
● 乙型肝炎的易感人群	53
● 乙型肝炎的传播方式和途径	54
● 乙型肝炎的预防	55
■ 丙型肝炎	57
● 丙型肝炎的传染方式及高危人群	57
■ 丁型肝炎	58
● 丁型肝炎的传染源与传染途径	58

●丁型肝炎的易感者	58
●丁型肝炎的预防	59
■戊型肝炎	59
●戊型肝炎病毒的传播途径	59
●戊型肝炎的易感人群	60
●戊型肝炎的预防	60
■药物性肝炎	61
■肝癌的临床症状和体征	62
●临床症状	62
●体 征	63
●肝癌的预防	64
■肝炎的治疗	65
■现代肝病与中医学肝病的联系	73
■肝炎的自然疗法	74
●食物疗法(含药膳)	74
●针灸法(含拔罐疗法)	185
●体育疗法	203
●肝病患者的心理疗法	217
■肝炎患者注意	225
●中西医结合治疗肝炎恢复肝功能	225
●中西医结合比单纯用抗病毒药物疗效好	226

目录

● 肝炎治愈的标准	227
● 肝炎患者家属应注意事项	228
● 家中肝病患者出现紧急情况的简单处理原则及转送常识	230
● 肝炎患者在家休养注意事项	232
● 肝病护理三要	233
● 饮食要节制	234
● 一些肝炎病人注意慎用的西药	236
● 中药也会伤肝	238
● 肝炎患者常用的保肝药物	238
● 肝炎患者要戒酒	240
● 肝炎患者要戒烟	240
● 肝炎患者宜吃发食吗	241
● 肝炎患者不宜吃生姜	242
● 肝炎患者不宜多吃葵花子	242
● 肝炎患者不宜多吃糖	243
● 肝炎患者吃水果注意事项	243
● 肝炎患者宜食葡萄	244
● 肝炎患者的休息很重要	245
● 肝炎患者应注意调整自己的情绪,避免大怒	245
● 肝炎患者应及时补充维生素	246
● 重营养——肝病康复的新观念	248

●肝炎患者宜多食含钾食品	252
●肝炎患者宜食醋吗	252
●肝炎患者能否饮茶	253
●肝炎患者能否吃大蒜	254
●肝炎患者食用味精有害吗	254
●肝炎患者如何科学饮用牛奶	255
●肝病患者宜吃松花蛋吗	256
●肝炎患者能否化妆	256
●肝炎患者要及时排便	257
●肝炎患者不宜剧烈运动	258
●肝炎患者可选择哪些运动方式	258
●肝炎患者运动前后的饮食	258
●肝炎对性生活有影响吗	259
●肝炎病妇不宜怀孕	260
●肝炎患者不宜长时间看书看电视	260
●常用消灭肝炎病毒消毒法	260
●谨防针灸减肥染上肝炎	261
●酒精对肝炎病毒消毒有效吗	262
●患甲型肝炎后人体有免疫力吗	262
●患肝炎的母亲能否给宝宝喂奶	263
●白蛋白是治疗肝炎的佳品吗	263

●维生素 E 能护肝	264
●护肝佳品——大豆	264
●肝炎患者宜适量吃海鲜类	265
●肝炎患者宜吃西瓜	266
●肝病患者食用胎盘有益处	267
●肝病患者食用人参、西洋参的利与弊	267
●吃肝能补肝吗	267
●增强免疫力的食物	268
●肝炎病人如何合理选用滋补营养品	269
●肝炎患者不宜多食甲鱼	270
●保健品中哪些适合肝炎患者	270
●肝炎患者不能随意进补	272
●天热要加倍预防乙肝等各类传染病	273
●夏季肝炎病人的饮食调养	274
●秋季谨防急慢性肝炎	274
●中医秋季养肝	276
●冬季肝病多为放纵饮食所致	277
●肝病患者欢度春节的五个注意事项	278
●对肝病饮食疗法的现代观念	282
●妊娠期肝炎患者的饮食注意事项	283
●有关小儿肝病的调护法	283

●儿童肝炎患者的饮食调养原则	284
●老年肝炎患者的饮食	285
●肝炎患者如何防治脂肪肝	286
●男性饭后喝茶易得脂肪肝	287
●发现脂肪肝并非都是坏事	287
●脂肪肝患者不适合吃什么	288
●脂肪性肝炎患者如何进行饮食安排	289
●肝炎患者更需要查血糖	290
●十人九痔说肝病	291
●支链氨基酸有助于治疗肝昏迷	292
●肝炎患者为什么会腹胀	293
●肝炎患者出现黄疸症状时的饮食调养	295
●肝病合并胆道感染的饮食调养	296
●肝病合并肠道功能紊乱的饮食体调养	297
●肝炎患者兼胃溃疡患者的饮食原则	298
●肝炎合并胃溃疡患者不宜吃哪些食物	298
●肝炎患者兼糖尿病时怎样控制饮食	299
●肝炎合并肾病的饮食调养	301
●肝炎合并冠心病患者的饮食原则	303
●肝炎合并结核病时的饮食原则	305
●肝炎合并高血压的饮食调养	306

目录

●什么是肝源性溃疡	307
●什么是肝纤维化,与肝硬化有什么区别	310
●肝病患者要谨防肝纤维化	310
●如何防止肝脏纤维化	312
●肝纤维化的治疗原则	312
●怎样早期发现肝硬化	312
●肝硬化有没有传染性	314
●肝硬化是肝病的晚期吗	315
●肝硬化会不会影响男性性功能	316
●肝硬化患者饮食不能太咸	317
●男人避免伤肝的小细节	318
●肝硬化需要补充哪些维生素	319
●治疗肝硬化并发消化道出血	321
●肝癌和肝炎的关系	322
●肝炎患者怎样预防肝癌	323
●如何早期发现肝癌	324
●音乐对肝癌治疗的作用	325
●肝病治疗能速效吗	326
●慢性肝炎为什么久治不愈	327
●肝移植治疗晚期肝病	328
●人工肝适合哪些肝病患者	329

● 黄疸型肝炎会不会传染	330
● 是否所有的病毒性肝炎都适合抗病毒治疗	330
● 丙肝球蛋白能预防丙肝吗	331
● 丙肝疫苗缘何问世难	332
● 无症状丙肝危害与认识误区	333
● 甲型肝炎的并发症	334
● 甲型病毒性肝炎的治疗原则	335
● 甲肝病毒与过敏性	336
● 肝病恶化的前兆	336
● 转氨酶升高对肝炎诊断的意义	337
● 急性重型肝炎患者血清甲胎球蛋白测定的意义分析	338
● 肝炎患者作肝穿的价值	338
■ 乙肝专区	340
● 感染乙肝也能长寿	340
● 乙肝患者的有效治疗方案	341
● 乙型肝炎的抗病毒治疗	344
● 乙肝治疗的五大错误观点	345
● 乙肝药物的疗效判断	347
● 什么是无症状乙肝病毒携带者	349
● 乙肝病毒携带者应该怎么做	350
● 乙肝病毒携带者应该定期检查什么	351

●乙肝病毒携带者夏季如何保养	352
●无任何症状的乙肝病毒携带者,可试试下列养生汤	353
●乙肝病毒携带者面对婚育	354
●为什么要检查肝功生化	355
●肝功能发生波动前有什么迹象吗	356
●乙肝的早期自我诊断	358
●乙肝病毒感染的窗口期	359
●何谓大三阳、小三阳	360
●大三阳、小三阳的发展与病情的关系	360
●乙型肝炎五项检查——即“两对半”的临床意义是什么	362
●表面抗体阳性、核心抗体阳性、肝功能正常,表明什么	363
●HBsAg 和 HBeAg 能否转阴	363
●乙肝病人的用药	364
●乙肝病人的胃病问题	365
●乙肝患者的日常禁忌	366
●乙肝患者的心态问题	368
●无症状乙肝病毒携带者忌喝酒	368
●乙型肝炎患者最忌熬夜	369
●乙肝患者面对生育	370
●乙肝孕妇该注意什么	371
●孕妇的乙肝治疗原则	372

●乙肝妇女怀孕最佳条件与病情发展	373
●乙肝病毒会使婴儿致畸吗	374
●乙型肝炎会遗传吗	375
●如何判断新生儿是否感染乙肝病毒	375
●怎样阻断乙肝的母婴传播	376
●乙肝的父婴传播途径	378
●春季应注意乙肝的保健治疗	379
●慢性乙型肝炎的防治要点	380
●与“大三阳”患者接吻会传染乙肝吗	380
●乙肝患者饮食六原则	380
●乙肝患者食疗	381
●中医药治疗乙肝	387
●有关乙肝疫苗的基本知识	389
■ 预后	415
●慢性肝炎能治愈吗	415
●肝炎治愈后会不会复发,如何防止复发	417
●甲型肝炎复发的原因	418
●慢性乙型肝炎的预后与乙肝病毒基因型的影响	419
●重型乙型肝炎、丙型肝炎病毒的检测结果与预后探讨	420
●小儿病毒肝炎患者的预后	421
●病毒性肝炎的预后	421

●慢性乙肝患者的预后	422
●丙肝患者的预后	423
■食疗方索引	426
●急性肝炎的食疗方	426
●慢性肝炎的食疗方	427
●肝硬化的食疗方	430
●肝癌患者的食疗方	431

一、肝脏的基本知识

肝脏的解剖学知识

肝脏是人体最大的实质性器官，也是人体最大的腺体，正常肝脏因为有丰富的血液供应，所以呈棕红色，质软而脆。肝脏右端圆钝厚重，左端窄薄呈楔形，有上、下两面，前后左右四缘。肝的上面叫做膈面，下面叫做脏面，此面有连成H形的左右两条纵沟和一条横沟，横沟即是肝门，是肝动脉、门静脉和肝管神经以及淋巴管的出入处，右纵形沟前方为胆囊，后方为下腔静脉，左纵形沟前方为圆韧带，后方为静脉韧带及静脉导管的遗迹，肝脏可被镰状韧带和左纵沟分为左右两叶，目前的分叶方法又进一步将肝叶分为左内叶、左外叶、右前叶、右后叶和尾状叶，肝右叶上方与右胸膜和右肺底相邻；肝左叶上方与心脏相邻，小部分与腹前壁相邻；肝右叶前部与结肠相邻，后叶与右肾上腺和右肾相邻；肝左叶下方与胃相邻。

肝脏的重量：据统计，我国成年人肝脏的重量，男性为1157g~1447g，女性为1029g~1379g，最重可达2000g左右，约相当于体重的1/50。而婴幼儿的肝脏所占体重的比例要远远大于成