

吃治百病系列丛书

● 彭立生 皮敏 杨曙东 编著

肝炎

患者最想知道什么

何清湖 总主编

GANYAN

山西科学技术出版社

吃治百病系列丛书

何清湖 总主编



肝 炎

——患者最想知道什么

彭立生 皮 敏 杨曙东 编著



山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

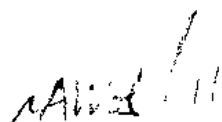
肝炎——患者最想知道什么/彭立生,皮敏,杨曙东
编著. —太原:山西科学技术出版社, 2002. 2

(吃治百病系列丛书)

ISBN 7-5377-1932-2

I. 肝... II. ①彭... ②皮... ③杨... III. 肝
炎—患者最想知道什么 IV. R512.605

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 073763



吃治百病系列丛书

肝 炎

——患者最想知道是什么

彭立生 皮 敏 杨曙东 编著

*

山西科学技术出版社出版 (太原建设南路 15 号)

山西省新华书店发行 山西人民印刷厂印刷

*

开本: 787×960 1/32 印张: 8.25 字数: 152 千字

2002 年 2 月第 1 版 2002 年 2 月太原第 1 次印刷

印数: 1-3 000 册

*

ISBN 7-5377-1932-2

R·729 定价: 12.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印厂联系调换。

前 言



健康是人们永恒的追求。

自古以来，食以养命，药以治病。三分治，七分养。“先以食疗……后乃用药尔”（孙思邈语）。药食同源，药食一家，对于疾病而言，饮食调理和药物治疗有着同等重要的地位。药食通过口吃入胃消化吸收之后，其营养成分和药理成分通过血液循环到达全身各组织器官，发挥其应有的作用。本丛书突出“吃治”重点，无论他中药、服西药、吃中西成药，还是食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶、尝药糕，甚至平常谷蔬果菜、盐油酱醋、飞禽走兽、鱼虾贝介等等，凡从口入，并且对疾病的调养和康复大有裨益者，均属本丛书的范畴。当然，药食治病必有法度，亦必有禁忌；强调经口入胃的治疗方法，并不排除各种治疗途径。

本丛书主要面向广大患者及其家属，以科普的形式介绍了临床常见病及多发病的基本知

识、中西药物和食物治疗方法。各分册均以章为纲，章下设题论述。力求通俗化、普及化、实用化，使读者“一读就懂，懂了会用，用了有效，安全可靠”。我们希望每一个人都能“吃出健康来”。

本丛书由湖南省中西医结合学会负责组织，得到了湖南中医学院、湖南省中医药研究院、湖南省中医药学校、湖南省株洲市药检所、深圳市中医院等单位的大力支持，在湖南省株洲市药检所谭同来高级讲师及山西科学技术出版社赵志春副总编的策划下，集中了尤昭玲、龙森泉、孙材江、金益强、蔡光先、周小青、李家邦等专家和一批中青年学者、医生的集体智慧，共聚其成。在此，谨对以上单位和个人表示衷心谢意！

何清湖

《吃治百病》系列丛书编委会

主任委员：尤昭玲

副主任委员：龙森泉 孙材江 金益强 蔡光先
周小青 李家邦

总策划：谭同来 赵志春

总主编：何清湖

副总编：周 慎 李 玄 刘祖贞 王君峰

编 委：（以姓氏笔画为序）：

卜献春	王建玲	王君峰	邓小琴	田 松
皮 敏	向秀梅	朱晓华	伍大华	米 兰
刘百祥	刘庆林	刘建和	刘祖贞	李 玄
李 翾	李佑生	杜奕欣	杨志波	杨维华
杨曙东	肖志杰	吴红玲	何清湖	陈美仁
陈其华	张崇泉	罗小华	周 慎	周德生
郑晓瑛	钟 颖	姚欣艳	夏晓凯	郭 翔
陶 峰	黄秀波	彭立生	彭柯萍	喻 斌
喻正科	蒲祖纯	雷 磊	廖金剑	谭同来
谭李红	谭金华	樊丽花		

学术秘书：王建玲 向秀梅

吃治百病系列丛书

——患者最想知道什么

书 目

书 名	定 价
胃 痛	12.00 元
小儿营养不良	8.00 元
食疗美容护肤	12.00 元
冠 心 病	10.00 元
性 功 能 障 碍	10.00 元
孕 产 期 疾 病	10.00 元
肥 胖 症	12.00 元
肝 炎	12.00 元
骨 质 疏 松	10.00 元
贫 血	8.00 元
更年期综合征	11.00 元
肺 结 核	10.00 元
肾 炎	10.00 元
糖 尿 病	12.00 元
高 血 压	11.00 元
中 风	10.00 元
前 列 腺 炎	10.00 元
高 脂 血 症	10.00 元
百病药食忌口	15.00 元
腹 泻	11.00 元

目 录

第1章 诊病须知

1. 肝炎是一种什么病? (2)
2. 什么是病毒性肝炎? (2)
3. 病毒性肝炎有几种? (4)
4. 病毒性肝炎在我国的流行情况如何? (5)
5. 我国有多少人患有乙型肝炎? (6)
6. 肝功能检查包括那些内容? (7)
7. 肝功能检查具体项目主要有哪些? (8)
8. 乙肝五项指标有何临床意义? (10)
9. 如何评价肝功能检查? (11)
10. 什么是B超检查? B超对人体有损害吗? ... (12)
11. B超能检查到什么? (13)
12. 慢性肝炎时B超的表现是什么? (14)
13. 慢性肝炎患者多长时间做一次B超检查
 比较合适? (16)
14. 肝硬化时B超的表现是什么? (17)
15. B超怎样测定肝脏脾脏的大小? (19)
16. B超能检查腹水吗? (21)
17. 什么是CT? CT对人体有损害吗? (21)
18. CT查什么最清楚,最有诊断价值? (22)
19. 病毒性肝炎的诊断分型标准是什么? (23)
20. 病毒性肝炎临床主要表现是什么? (24)



21. 如何早期发现肝炎? (24)
22. 那种肝炎易转为慢性? (26)
23. 病毒性肝炎分别通过什么途径传播? (27)
24. 乙肝病毒长得什么样? (28)
25. 乙肝病毒常规检测指标有哪些? (29)
26. 从乙肝病毒的结构谈乙肝病毒化验的
“两对半”指标意义? (30)
27. 什么是“大三阳”和“小三阳”? (32)
28. “大三阳”和“小三阳”各有什么意义? (33)
29. 乙型肝炎的主要传播途径? (34)
30. 异性间的性接触能传播乙肝病毒吗? (35)
31. 乙肝的慢性转化率是多少? 表面抗原阴转
率有多少? (36)
32. 乙型肝炎能通过动物传染吗? (36)
33. 乙肝病毒的传染性强吗? (37)
34. 无症状乙肝病毒携带者是怎么形成的? (38)
35. 乙肝能根治吗? (39)
36. 乙肝病毒携带者需要治疗吗? (42)
37. 乙肝病毒会导致胎儿畸形吗? (46)
38. 乙肝病毒阴转一定是好事吗? (47)
39. 乙肝治到啥时才算好? (50)
40. 丙型肝炎的传播方式与流行状况是
怎样的? (51)



目 录

- 41. 丁肝在我国的流行情况是怎样? (53)
- 42. 酒精型肝炎由那些临床表现? (53)
- 43. 脂肪肝是不是肝炎? 它会传染吗? (54)
- 44. 怎样自测肝病? (55)
- 45. 有些肝炎患者为什么容易出血? (56)
- 46. 蜘蛛痣是怎么产生的? (58)
- 47. 肝炎会引起哪些部位黄染? (59)
- 48. 肝炎时为什么脾脏会增大? (60)
- 49. 无黄疸型肝炎有传染性吗? (61)
- 50. 如何估计自己的肝病是否发生了恶化? (62)
- 51. 患肝炎的孕妇分娩前后应注意哪些事项? ... (63)

吃
治
百
病
系
列
丛
书

第2章 吃治原则

- 52. 饮食治疗的基本原则是什么? (66)
- 53. 急性肝炎病人的饮食疗法要注意什么? (66)
- 54. 老年人得了肝炎后应该如何饮食调养? (67)
- 55. 儿童病毒性肝炎的饮食调养原则是什么? ... (69)
- 56. 肝炎合并冠心病的患者应如何调理饮食? ... (70)
- 57. 如何调理肝病合并胃肠炎患者的饮食? (71)
- 58. 肝炎合并高血压患者的饮食调养原则是
什么? (72)
- 59. 肝炎合并糖尿病患者饮食调节的原则是



- 什么?(73)
60. 肝炎合并肾炎患者的饮食调养原则是
什么?(74)
61. 肝病合并肠功能紊乱患者的饮食调节原则是
什么?(74)
62. 肝硬化病人的饮食疗法有什么原则?(75)
63. 肝硬化伴有腹水的病人饮食应注意些
什么?(76)
64. 重症肝炎患者的饮食调养原则?(77)
65. 肝昏迷患者的饮食调养原则?(78)
66. 肝硬化患者的营养原则是什么?(79)
67. 脂肪肝患者的营养治疗原则是什么?(80)
68. 肝炎后脂肪肝患者应该如何饮食调养?(81)

第3章 中药处方

69. 中医学是如何论述肝脏生理病理的?(84)
70. 治疗肝炎的中草药有哪些?(86)
71. 降低谷丙转氨酶的中成药有哪些?(90)
72. 病毒性肝炎中医辨证分型及方药?(90)
73. 治疗慢性病毒性肝炎的专病专方举例.....(93)
74. 怎样合理的应用中医药治疗肝病?(95)
75. 中医中药与肝炎患者的免疫功能?(96)

目 录

76. 中药对肝脏有损害吗?(97)

第4章 西药处方

77. 病毒性肝炎药物治疗原则?(100)
78. 抗病毒药物治疗慢性乙型肝炎和丙型肝炎
的目的是什么?(101)
79. 肝炎常见的西药治疗?(102)
80. α 干扰素怎样治疗慢性乙型肝炎?(104)
81. 干扰素怎么样治疗丙型肝炎?(106)
82. 推荐的治疗用干扰素最佳的是哪一种?(107)
83. 核苷类似物怎么样在临床应用?(108)
84. 拉米夫定的主要作用是什么?(108)
85. 拉米夫定的主要缺点是什么?(109)
86. 慢性乙肝:用干扰素,还是用拉米夫定?(110)
87. 如何使用乙型肝炎免疫球蛋白?(111)
88. 肝炎病人如何选用保肝药?(112)
89. 维生素 B 族有何保肝功效?(114)
90. 维生素 C 有何保肝功效?(115)
91. 维生素 A 有何护肝功效?(116)
92. 维生素 D 有何保肝功效?(116)
93. 肝病患者如何减少药物性损害?(117)
94. 怎样看待广告上的药物?(119)

吃
治
百
病
系
列
丛
书

吃
治
百
病
系
列
丛
书

5



第5章 饮食疗法

95. 饮食调养与病毒性肝炎的病理和临床特点有什么关系?(124)
96. 病毒性肝炎怎样进行饮食治疗?(125)
97. 食疗在肝病自我疗养中起什么作用?(126)
98. 肝炎食疗与药疗的关系怎样?(128)
99. 什么是合理的平衡饮食?(129)
100. 哪些是肝类食品?(130)
101. 肝病患者如何使用滋补品?(130)
102. 如何合理安排肝炎恢复期病人的饮食? ... (131)
103. 肝炎患者应怎样补充蛋白质食品?(132)
104. 肝炎病人需补钙吗?(134)
105. 肝炎病人吃多少糖为好?(135)
106. 高蛋白饮食为何需因病而异?(135)
107. 酒的是是非非?(136)
108. 肝病患者在冬季应如何注意饮食
调养?(137)
109. 茶疗对肝病患者有何妙用?(138)
110. 食醋对肝炎患者有好处吗?(139)
111. 大豆及豆制品对肝病患者有何益处?(140)
112. 肝病患者不宜多吃的食品有哪些?(141)
113. 为什么肝炎病人大量吃蛋白质或脂肪

目 录

- 食物后会出现腹胀?(142)
114. 多吃梨对肝炎、肝硬化患者有哪些益处? (143)
115. 老年肝炎患者什么时候不要喝浓茶?(143)
116. 肝病儿童饮食调养应注意哪些事情?(144)
117. 肝病儿童缺钙、锌、铁时应如何纠正?(144)
118. 脂肪并非越低越好吗?(145)
119. 重症肝炎患者的营养要求是什么?(146)
120. 脂肪肝患者如何进行饮食治疗?(147)
121. 肝硬化患者如何进行饮食治疗?(148)
122. 肝硬化病人为什么不宜吃油炸食品?(151)
123. 向您推荐几款肝炎合并冠心病的中医
药膳(151)
124. 为什么肝硬化病人应吃软食?(153)
125. 饮食如何防癌?(154)
126. 肝炎病人如何合理选用滋补营养品?(155)
127. 肝炎患者如何补充维生素和微量元素? ... (156)
128. 妊娠合并肝炎的饮食疗法?(157)
129. 怎样利用食疗法使脂肪肝逆转?(160)
130. 是只要不喝酒就不会得脂肪肝吗?(163)
131. 喝茶有助于防治脂肪肝吗?(163)
132. 肝炎合并糖尿病病人应选择哪些食物? ... (164)
133. 肝炎合并糖尿病的病人在家中怎样控制
饮食?(165)



134. 西瓜夏季天然治肝“良药”?(166)
135. 卵磷脂能预防肝病?(167)
136. 肝病儿童饮食调养应注意哪些事情?(168)
137. 肝病病人不能吃鸡与鸡蛋,要吃鸭与鸭蛋,
对吗?(170)
138. 肝炎患者怎样饮用牛奶?(171)

第6章 家庭食谱

139. 病毒性肝炎患者的食物如何选择?(174)
140. 病毒性肝炎一日食谱举例.....(174)
141. 急性肝炎恢复期一周食谱举例.....(175)
142. 老年肝炎患者一日所需的热量及营养素... (176)
143. 老年肝炎患者一日食谱举例.....(176)
144. 儿童病毒性肝炎的一日食谱举例.....(177)
145. 肝病有什么食物单方?(178)
146. 肝炎患者的食疗方法?(179)
147. 向您介绍儿味治肝病的药蛋方.....(185)
148. 小儿病毒性肝炎食疗举例?(187)
149. 肝炎者流质、半流质一日食谱举例.....(188)
150. 肝病病人应该吃黑色、甲鱼吗?(189)
151. 肝硬化一日食谱举例.....(190)
152. 介绍几种肝硬化食疗方.....(190)

目 录

153. 重症肝中、晚期肝硬化患者一周食谱举例 (191)
154. 脂肪肝一日食谱举例……………(192)
155. 脂肪肝患者的食物如何选择? ……(193)

第7章 吃治忌口

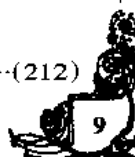
156. 为什么说肝病患者要禁饱餐与饮酒? ……(196)
157. 肝炎患者少食蒜? ……(197)
158. 肝炎患者为什么不宜大量吃糖? ……(197)

第8章 其他治疗

159. 病毒性肝炎的导向治疗……………(200)
160. 病毒性肝炎的基因治疗……………(201)
161. “人工肝”是怎么回事? ……(205)
162. 慢性病毒性肝炎的针灸疗法 ……(206)
163. 病毒性敷贴疗法 ……(208)
164. 肝炎的吸鼻疗法 ……(209)
165. 音乐治疗可以试用于肝炎患者吗? ……(210)

第9章 预防保健

166. 病毒性肝炎的预防保健……………(212)



167. 病毒性肝炎能预防吗? 怎样预防?(213)
168. 甲型肝炎的预防免疫?(214)
169. 国产、进口甲肝疫苗孰优?(215)
170. 儿童患甲肝有哪些症状, 如何防治?(217)
171. 对新生儿应当如何进行乙肝疫苗接种? ... (218)
172. 儿童和成年人应当如何进行乙肝疫苗
接种?(219)
173. 哪些人群必须注射乙型肝炎病毒疫苗
(乙肝疫苗)吗?(220)
174. 哪些人不必要接种或禁用乙肝疫苗?(221)
175. 目前应用的乙肝疫苗有哪几种, 其各自的
优缺点有哪些?(222)
176. 围产期、新生儿乙肝疫苗如何使用?(224)
177. 周围有人得了乙型肝炎, 我该怎么办?(225)
178. 乙肝也有父婴传播吗?(226)
179. 乙肝表面抗原携带者能过性生活吗, 应
注意些什么?(227)
180. 家庭中有乙肝表面抗原携带者应注意
什么?(227)
181. 携带乙肝病毒产妇可以哺乳吗?(228)
182. 如何防止肝炎的反复发作?(229)
183. 如何预防输血后肝炎?(230)
184. 如何防治脂肪肝?(231)