

JIANKANG JIAOYU CONGSHU

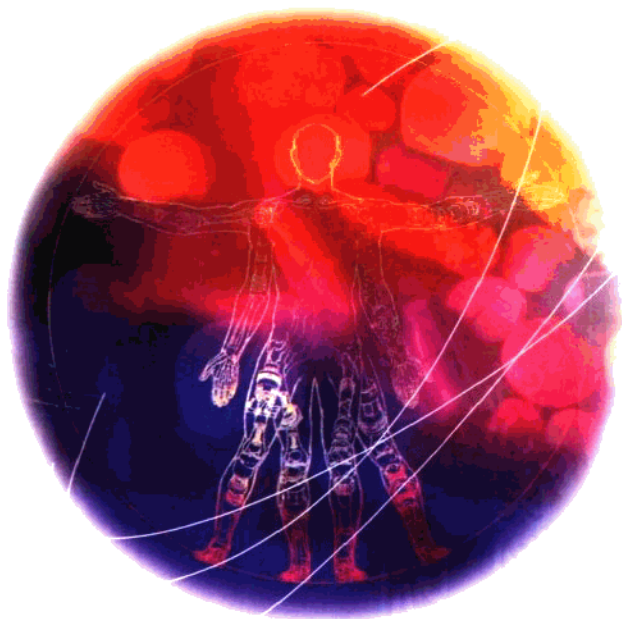
健康教育丛书

主编 张文康 副主编 余 靖

15

脂肪肝

ZHIFANGGAN



中国中医药出版社

健康教育丛书

脂 肪 肝

编 著 李之清 马晓军

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

脂肪肝/李之清, 马晓军编著. -北京: 中国中医药出版社, 2000. 9

(健康教育丛书/张文康主编)

ISBN 7-80156-075-2

I. 脂… II. ①李… ②马… III. 脂肪肝-防治-普及读物 IV. R575. 5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 64710 号

45/06

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路7号 电话:64151553 邮码:100027)

印刷者: 河北省保定印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开本: 787×960毫米 32开

字数: 49千字

印张: 4.5

版次: 2000年9月第1版

印次: 2000年9月第1次印刷

册数: 10000

书号: ISBN 7-80156-075-2/R·075

定价: 4.00元

脂肪肝

15

知
子
知

PDG

健康教育丛书

主 编 张文康

副主编 余 靖

专家审定委员会(以姓氏笔划为序)

王永炎 石学敏 卢世璧 吴咸中

沈白尹 陈可冀 胡亚美 翁心植

程莘农 裘法祖

中国中医药出版社
· 北京 ·

PDF

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康，健康与疾病是全社会都非常关注的问题，它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非常重视这一全社会都非常关注的课题，他们制定的不是重在有病去治，而是无病先防的预防为主的工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民总书记崇尚科学，大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神，及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电话会议的讲话精神，精心组织策划了“健康家园——医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及活动。为了使本次活动有声有色，张文康部长不但亲自担任活动组委会主任，还亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——健康教育丛书。丛书共分78个分册，介绍近百

种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药宜忌等防治疾病的知识，并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民族的健康意识与身体素质，把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性，组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定，并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任，为了使本丛书常盛不衰，我们准备每年修订一次，以使每个家庭能经常获得防病治病的普及新知识，使人人享有健康。

中国中医药出版社

二〇〇〇年七月

健康教育丛书

分书名

- | | |
|--------|-----------|
| 感冒 | 胃癌 |
| 哮喘 | 肝癌 |
| 慢性支气管炎 | 尿路感染 |
| 肺炎 | 泌尿系结石 |
| 肺心病 | 慢性肾炎 |
| 肺癌 | 尿毒症 |
| 心肌炎 | 贫血 |
| 心律失常 | 白血病 |
| 高血压 | 紫癜 |
| 冠心病 | 糖尿病 |
| 心力衰竭 | 高脂血症 |
| 消化性溃疡 | 肥胖病 |
| 慢性胃炎 | 甲亢 |
| 溃疡性结肠炎 | 骨质疏松症 |
| 脂肪肝 | 风湿类风湿性关节炎 |
| 慢性肝炎 | 脑卒中 |
| 肝硬化 | 头痛 |
| 胆囊炎胆石症 | 癫痫 |
| 便秘 | 失眠 |
| 食管癌 | 脱发 |

健康教育丛书

分书名

- | | |
|-----------|-------|
| 肩周炎 | 老年痴呆 |
| 坐骨神经痛 | 儿科病 |
| 颈椎病 | 痤疮 |
| 腰椎间盘突出症 | 湿疹 |
| 三叉神经痛 | 皮肤瘙痒 |
| 骨折 | 银屑病 |
| 痔 | 烧烫伤 |
| 前列腺疾病 | 美容 |
| 阳痿早泄 | 白内障 |
| 性病 | 近视眼 |
| 妇科炎症 | 耳鸣耳聋 |
| 经前期综合征与痛经 | 中耳炎 |
| 乳腺增生与乳腺癌 | 过敏性鼻炎 |
| 不孕不育 | 口腔溃疡 |
| 功能性子宫出血 | 慢性咽炎 |
| 子宫肌瘤 | 牙周炎 |
| 妊娠 | 龋齿 |
| 产后病 | 术前术后 |
| 更年期综合征 | 放疗 |

健康家园

—医学科普进万家10年大行动

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”是由中华人民共和国卫生部、国家中医药管理局为了更好地贯彻落实江泽民总书记崇尚科学，大力进行科学知识普及工作的一系列指示精神，精心组织的并具有宏大规模的医学科普系统工程。为了使本次活动搞得更好，张文康部长亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——“健康教育丛书”，共计78种。同时还结合其他方式方法开展医学科普宣教活动，如与电视台、广播电台等媒体合作举办一些健康教育讲座节目，设立医学科普宣传周，举办医学科普义诊宣传及赠书活动等。其目的就是要让广大国民及病患者增强健康意识，了解常用的医学保健知识和有用的求医问药信息，从而更好地防病治病，保健康复，拥有健康，并自觉摒弃一切封建迷信和不科学的认识和方法。

健康家园—医学科普进万家10年大行动 组织委员会

主任 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主任 余靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

组委会成员

陈啸宏 中华人民共和国卫生部办公厅主任
姚晓曦 中华人民共和国卫生部办公厅副主任
李大宁 国家中医药管理局办公室主任
吴刚 国家中医药管理局人政司司长
胡国臣 中国中医药出版社社长

组委会办公室

主任 姚晓曦
副主任 吴刚 胡国臣

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”专用科普宣教材料

健康教育丛书

丛书特点

1. 权威性 本书由卫生部张文康部长任主编，由专家编写并由两院多名院士审定。
2. 科学性 本书由全国数百位中西医专家学者撰写，针对一般群众和病患者的实际情况和需求，介绍相关的医学保健知识和信息，针对性强，是真正“买得起、看得懂、用得上”的医学科普书。
3. 普及性 趣味性好，图文并茂，易懂使用。
4. 本科普丛书规模大，品种全，内容丰富。
5. 更新修订快 每1~2年对丛书修订更新，结合实际，充实新资料，并不断增加新品种、新内容。

健康教育丛书编辑委员会

主 编 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主编 余 靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

审定委员会名单(按姓氏笔划排序)

王永炎 石学敏 卢世璧 吴咸中 沈自尹
陈可冀 胡亚美 翁心植 程莘农 裘法祖

以上审定委员会成员均为科学院院士或工程院院士

目 录

□一般知识

- 何谓脂肪肝 (3)
- 脂类、脂肪、类脂有何不同 (4)
- 脂肪在人体是如何消化吸收的 (4)
- 血液中的甘油三酯主要从哪里来 ... (5)
- 甘油三酯既然对人体有益为何
 不能含量过高 (5)
- 肝脏与脂肪代谢有什么关系 (6)
- 脂肪肝是如何形成的 (7)
- 饮酒与脂肪肝的发生有关系吗 (8)
- 肥胖与脂肪肝的发生有关系吗 (9)
- 什么叫营养失调性脂肪肝 (9)
- 药物也可以导致脂肪肝吗 (10)
- 妊娠急性脂肪肝可以致命吗 (11)
- 糖尿病患者会患脂肪肝吗 (12)
- 儿童也会患脂肪肝吗 (13)

- 瘦人会不会患脂肪肝 (13)
- 为什么说脂肪肝属于“现代病” ... (14)
- 为什么说脂肪肝是一种生活习
惯病 (14)
- 脂肪肝肝脏有什么改变 (14)
- 肝脏脂肪浸润对人体有什么影响 ... (15)
- 脂肪肝是不是一个独立的疾病 (16)

□ 疾病信号

- 食欲不振、乏力 (19)
- 恶心呕吐 (19)
- 肝脏肿大 (20)
- 蜘蛛痣 (21)
- 内分泌失调 (22)
- 维生素缺乏症 (22)
- 黄疸 (23)
- 是不是患有脂肪肝就一定有症状
出现 (24)

□ 就医须知

- 脂肪肝患者如何就医 (27)
- 脂肪肝是否需要住院治疗 (27)

□ 检查须知

- 肝功能检查包括哪些方面 (31)
- 临床上肝功能检查有哪些项目 (31)
- 肝功能检查应注意什么 (32)
- 如何看肝功能检查中血清酶学化
 验单 (32)
- 如何看胆红素代谢化验单 (33)
- 如何看血浆蛋白化验单 (34)
- 如何看血脂化验单 (36)
- 不同原因所致脂肪肝化验检查结
 果有特异性吗 (38)
- 肝胆 B 超检查为什么要空腹 (39)
- 为什么说 B 超检查对诊断脂肪肝
 最具实用价值 (39)
- 如何看脂肪肝 B 超报告单 (40)
- 如何看 CT 报告单 (41)
- 什么时候考虑 MRI 检查 (42)
- 什么是肝活体检查 (43)
- 医学上对肝活检的认识如何 (43)

□ 诊断标准

- (45)

□ 用药宜忌

- 脂肪肝的治疗原则 (51)
什么是病因治疗 (51)
如何正确摄入营养 (53)

□ 常用药

降脂类药物

- 烟酸 (57)
肌醇 (58)
消胆胺 (58)
氯贝丁酯 (59)
阿西莫灵 (60)
洛伐他汀 (61)
维生素类 (62)

护肝去脂药

- 易善力 (62)
泰特 (64)

其他药物

- 熊去氧胆酸 (65)

□ 新药特药

- 血脂康 (69)

月见草油	(70)
卵磷脂片	(70)
西利宾胺	(71)
益康肝舒片	(72)
凯西莱	(73)

□ 中医药治疗

中医对脂肪肝的认识及辨证论治 ...	(77)
常用单方验方及中成药	(79)
单味中药及其药理研究	(81)

□ 家庭保健

脂肪肝患者饮食的季节变化如何 ...	(85)
何谓低脂饮食	(86)
糖类也可以升血脂吗	(87)
脂肪肝患者如何选用蛋白质食物 ...	(87)
脂肪肝患者如何限制脂肪饮食	(88)
脂肪肝患者食物烹饪应注意什么 ...	(88)
脂肪肝患者如何选用动物油脂和植 物油脂	(89)
脂肪肝患者如何补充维生素	(89)
哪些食物可以治疗脂肪肝	(90)

- 哪些食物能降低血脂 (91)
- 脂肪肝患者如何使用调味品和
食盐 (91)
- 脂肪肝患者可否饮酒 (92)
- 脂肪肝患者需要戒烟吗 (92)
- 脂肪肝患者可选用哪些食疗方 (93)
- 脂肪肝患者的常用食谱 (94)
- 制作降脂药茶常用的中药 (95)
- 脂肪肝患者如何选用药茶 (95)
- 可用于制作脂肪肝药膳的药物 (96)
- 运动对脂肪肝患者血脂有何影响 ... (96)
- 运动疗法应遵循哪些原则 (97)

□ 预后

- 脂肪肝的预后如何 (101)
- 非酒精性脂肪肝的预后如何 (101)
- 酒精性脂肪肝的预后如何 (103)
- 脂肪肝的病变程度与肝纤维化有
什么关系 (104)
- 脂肪肝的发展模式是怎样的 (105)