

肝病患者 最想知道的宜与忌

GANBINGBINGREN 现代家庭健康
SHENGHUOYIJI 生活必备



心理认识宜忌

肝病患者宜做到保持稳定的心理状态。不能被疾病所吓倒。要善于进行自我调节。这是使肝病康复的先决条件。

肝病病人 生活宜忌

日常饮食宜忌

所谓“药补不如食补”。针对肝炎病人的病情。宜制定色、香、味俱佳的饮食。这对于增强病人的食欲。改善病情都是有益处的。



治疗用药宜忌

肝病患者宜在专业医师的指导下科学用药。忌盲目乱用药。科学用药与否直接关系到患者的身体健康。

生活习惯宜忌

肝病患者宜多吃蔬菜和水果。以补充身体每天所需的多种维生素和矿物质。



肝病患者 最想知道的宜与忌

GANBINGBINGREN 现代家庭健康
SHENGHUOYIJI 生活必备

肝病病人 生活宜忌

良 石/编著



图书在版编目 (CIP) 数据

肝病患者最想知道的宜与忌/良石编著. —北京:九州出版社, 2006. 6

ISBN 7 - 80195 - 459 - 9

I. 肝… II. 良… III. 肝疾病—防治—基本知识
IV. R575

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 047224 号

肝病患者最想知道的宜与忌

作 者 良石编著
责任编辑 李 勇
责任校对 祝 松
出版发行 九州出版社
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6
网 址 www. jiuzhoupress. com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress. com
印 刷 三河市国新印装有限公司
开 本 889 × 1194 1/20
印 张 10.6
字 数 250 千字
版 次 2006 年 6 月第 1 版
印 次 2006 年 6 月第 1 版 第 1 次印刷
书 号 ISBN 7 - 80195 - 459 - 9/R · 46
定 价 18.00 元

前言

拥有一个健康的体魄，是我们每个人的理想。然而，人吃五谷杂粮，又兼有七情六欲，再加之日常生活、工作中的快节奏，人们往往在忙碌和不经意之间淡漠了健康意识，也无暇顾及身体健康的重要性。超负荷工作和不注重锻炼，疾病的罹临就往往在所难免。患病并不可怕，怕的是患上疾病后不能科学地去认识和对待疾病。这样害处十分大，为克服患者认识上的种种弊端，我们编辑了这套丛书。

随着科学技术的不断发展和进步，医学界对人体疾病的认识也提出了与之相适应的新要求，与以往相比较，最大的不同点是：治病强身不再仅仅是医务工作者的任务，而是要求全体社会公民都应积极地去配合医务工作者预防和战胜疾病。这一点对患者朋友治病强身尤为重要。因为患者朋友最了解自己的身体状况，只有针对自己的身体状况掌握大量科学的健康知识，才能更好地呵护自己的身体，从而使您自己的身体长时期处于最佳状态，使您的生活质量得到了保障，那该多好啊！

基于上述认识，我们特别编写了这套科普健康丛书。书中为广大读者提供了许多健康常识和指导疾病防治的大量医学知识。从而使患者朋友及其亲属能够正确认识和正确对待疾病，更有效地防病治病。这套丛书的特色是以宜忌的方式，有针对性地将日常生活中防病治病和相关问题展示出





肝病患者最想知道的宜与忌

GANBING
huanzhexiuxiang
zhidaodeyiyuji

来，力求用通俗的语言去阐明深刻的医学和生物学道理，可读性很强。它融知识性、趣味性、科学性，实用性为一体，为现代慢性疾病的防治提出了一套全新的思维方式。编者深信，它必能为广大读者所接受，也一定会被广大患者朋友所喜爱。

健康是你的福，也是你所有家人的福，为了所有人的幸福，请您给生命鼓起必胜的风帆吧！

编 者

2006 年 6 月

目 录



目

录



GANBING
huanzhengxiang
zhidaodeyiyuji

一、心理认识宜忌

1. 心理认识 66 宜 (15)

肝病病人宜知肝脏在人体中的位置
..... (15)

肝病患者宜知肝脏的生理学特点 ... (16)

肝病患者宜知肝脏的主要生理功能
..... (16)

肝病患者宜知情志改变对自己
有好处 (17)

肝病患者宜注意情志调养 (17)

肝病患者宜增强自我保护意识 (17)

肝病患者宜明白心理作用 (18)

肝病患者宜做好心理保健 (18)

宜对儿童患者给予心理支持 (22)

宜对青年患者给予心理支持 (22)

宜对中年患者给予心理支持 (23)

宜对老年患者给予心理支持 (23)

宜对急性肝炎患者给予心理支持 ... (24)

宜对慢性肝炎患者给予心理支持 ... (24)

宜对重症肝炎患者给予心理支持 ... (25)

宜知乙肝的肝外表现 (26)

宜知乙肝是怎样感染的 (26)

宜知为什么乙肝只侵犯肝脏 (27)

宜知乙肝的流行特点 (28)

宜知乙肝带原者应远离烟酒 (28)

宜知乙肝为何易反复发作 (29)

宜知丙肝的特征 (30)

宜知丙肝的感染途径 (30)

宜知丙肝的传播方式 (31)

宜知丙肝和乙肝的相似之处 (31)

肝病患者宜知乙肝和丙肝变成肝

癌的诱发因素 (32)

肝病患者宜知乙肝和丙肝是怎样发

展成肝癌的 (33)

宜知丁肝病毒的命名 (33)

宜知丁肝的主要传染源 (33)

宜知丁肝病毒是怎样传播的 (34)

宜知戊型肝炎能威胁孕妇的生命 ... (34)

宜知慢性肝炎的最常见病因 (34)

肝病患者宜知自己在何情况下患了病

..... (35)

宜知酒精性和病毒性肝炎的区别 ... (35)



宜知肝炎病人的血液具有传染性	… (36)
宜知肝病没有遗传性	… (37)
宜知病毒性肝炎有无后遗症	… (38)
宜知与肝炎病人发生了性关系后 的后果	… (38)
肝病患者宜早期发现肝炎	… (39)
肝病患者宜知道什么叫肝功能检查 	… (39)
宜知肝功能检查何时采血最好	… (41)
肝炎患者宜早用 B 超检查	… (41)
宜早用 CT 检查	… (41)
出现黄疸宜早做检查	… (42)
肝炎患者宜做心电图检查	… (42)
肝炎患者宜做影像学检查	… (43)
肝炎患者宜做胃镜检查	… (43)
肝炎患者宜知肝穿刺检查	… (43)
宜知肝穿刺的注意事项	… (44)
宜知检查尿二胆的意义	… (45)
肝炎患者宜知血清乙肝病毒标志物 	… (45)
肝炎患者宜检查血清谷丙转氨酶	… (45)
肝炎患者宜检查血清谷草转氨酶	… (45)
肝炎患者宜定量测定血清胆红素	… (46)
宜知血清转氨酶升高的常见病	… (46)
宜知什么是“大小三阳”	… (47)
宜会巧看“两对半”	… (47)
肝炎病人宜知自己的血常规变化	… (49)
肝炎患者宜知肝纤维化要做的检查 	… (49)

肝炎患者宜知定期查甲胎蛋白的 重要性	… (50)
宜知甲肝的特异性诊断法	… (50)
宜知乙肝病毒的脱氧核糖核酸检查 	… (51)
宜知乙肝病毒标志物定量检测 的好处	… (52)
宜知丙肝的特异性诊断法	… (52)
宜知丁肝的特异性诊断法	… (53)
宜知戊肝的特异性诊断法	… (53)
2. 心理认识 38 忌	… (55)
肝病患者忌不知肝脏的保暖功能	… (55)
忌不知肝脏具有提高人体精神振 奋的功能	… (55)
肝病患者忌不知肝脏具有 解毒功能	… (56)
忌不知人体主要免疫功能是由肝 脏决定的	… (57)
肝病患者忌不知肝炎是肝炎病 毒引起的	… (57)
忌不知引起肝炎的常见因素	… (57)
忌不知病毒性肝炎的流行情况	… (58)
忌不知道病毒性肝炎的分型 与分期	… (59)
忌不知哪些人易得病毒性肝炎	… (60)
忌不知肝炎病毒各自的特征	… (60)
忌不知小儿肝炎的特点	… (62)
忌不知老年人肝炎的特点	… (63)
肝病患者忌不知哪些肝炎易转慢性	

.....	(63)
忌不知慢性肝炎的主要表现	(64)
肝病患者忌不知肝机能衰退是大事	(65)
忌不知各型肝炎之间无交叉免疫力	(66)
忌不知病毒性肝炎的表现	(66)
忌不知黄疸是怎么回事	(66)
忌认为有黄疸就是有肝炎	(67)
忌认为有肝区痛就是患了肝炎	(67)
忌不知甲肝流行的特点	(68)
忌不知甲肝是如何感染的	(69)
忌不知乙肝的诱发因素	(69)
肝炎病人忌不知“蜜月肝炎”	(69)
忌不知孕妇患了肝炎能否传染	
给婴儿	(70)
忌不知病毒性肝炎的治愈目标	(71)
忌不知重型肝炎的临床表现	(72)
忌不知重型肝炎为何易发感染	(73)
肝炎患者忌不知猛爆性肝衰竭	(74)
肝炎患者忌不知病毒性肝炎会发展	
为肝硬化	(74)
肝炎患者忌不知肝性脑病的诱因	(75)
肝炎患者忌不知肝炎后易合并	
脂肪肝	(76)
肝炎患者忌不知肝肾综合症	
的诱因	(76)
肝炎患者忌不知肝纤维化和肝硬化	
的区别	(76)

忌不知道出现上消化道出血的原因	(77)
肝炎患者忌不知道肝炎与肝癌	
有关系	(77)
忌不知中医学论述肝脏的理论	(78)
忌不知病毒性肝炎能预防	(79)

二、日常饮食宜忌

1. 日常饮食 48 宜	(83)
肝病患者宜知饮食疗法的新观念	(83)
宜知饮食选择与保健的关系	(84)
肝病患者宜知饮食选择的原则	(85)
肝病患者宜知饮食六原则	(85)
宜知慢性肝炎的饮食调养	(88)
肝病患者宜吃的六种食物	(88)
宜知肝硬化患者的饮食原则	(89)
宜知肝硬化患者的饮食注意事项	(90)
宜知肝硬化何时应限制蛋白质	(91)
肝病患者宜常食冬瓜	(92)
肝病患者宜吃西红柿	(92)
肝病患者宜吃马兰	(92)
肝病患者宜吃海带	(93)
肝病患者宜吃西瓜	(93)
肝病患者宜吃薏苡仁	(93)
肝病患者宜吃粳米	(94)
肝病患者宜吃大豆	(95)
肝病患者宜吃赤小豆	(96)
肝病患者宜吃黑木耳	(96)
肝病患者宜吃香菇	(97)



肝病患者宜吃山药	(97)
肝病患者宜吃胡萝卜	(97)
肝病患者宜吃苜蓿	(98)
肝病患者宜吃莴苣	(99)
肝病患者宜吃大枣	(99)
肝病患者宜吃山楂	(100)
肝病患者宜吃梨	(100)
肝病患者宜吃枸杞子	(100)
肝病患者宜常吃鱼	(101)
肝病患者宜常吃牡蛎	(101)
肝病患者宜常吃鸡蛋	(102)
肝病患者宜常喝牛奶	(102)
肝病患者宜常吃猪肉	(103)
肝病患者宜常吃玉米须	(103)
肝病患者宜常食用蜂蜜	(103)
宜知护肝的一日食谱	(104)
宜知护肝的半流质一日食谱	(104)
肝病患者宜知养肝的一日食谱	(104)
宜知养肝的半流质一日食谱	(104)
肝病患者宜知病重期的一日食谱	(105)
宜知重病期的半流质一日食谱	(105)
宜知肝硬化时的一日食谱	(105)
宜知肝硬化时的少渣一日食谱	(105)
宜知并发糖尿病时的一日食谱	(105)
宜知并发糖尿病时的半流质 一日食谱	(106)
宜知肝病患者并发脂肪肝一日食谱	(106)

宜知肝癌时食谱	(106)
肝病患者宜常吃食用菌	(106)

2. 日常饮食 19 忌

肝病患者忌吃得过饱	(108)
肝病患者忌食松花蛋、臭豆腐	(108)
肝病患者忌食菠菜和猪肝	(108)
肝病患者忌吃烤肉和油条	(108)
肝病患者忌吃有毒蔬菜	(109)
肝病患者忌吃鲜木耳	(109)
肝病患者忌吃鲜黄花菜	(109)
肝病患者忌吃未腌透的咸菜	(109)
肝病患者忌吃青西红柿	(109)
肝病患者忌吃久存的南瓜	(109)
肝病患者忌饮啤酒	(109)
肝病患者忌不会合理安排饮食	(110)
肝病患者忌不吃醋	(110)
肝病患者忌食毛蚶	(111)
肝病患者忌吃“发物”	(111)
肝病患者忌大量吃糖	(112)
肝病患者忌多吃味精	(112)
肝病患者忌拒绝吃植物油	(112)
吃饭忌不细嚼慢咽	(113)

3. 养肝药膳 20 例

莲子田基黄粥	(115)
垂盆草粥	(115)
黄芪粥	(115)
莲子五味子粥	(115)
玉米须猪苓牛肉汤	(116)
参归羊肉汤	(116)



大枣益脾糕	(116)	龟肉粥	(123)
豆蔻馒头	(116)	萝卜带鱼	(123)
黄芪烧鲤鱼	(116)	马齿苋鲫鱼羹	(123)
牛膝杜仲汤	(117)	砂仁鲫鱼汤	(124)
党参粟米粥	(117)	白茯苓粥	(124)
参芪虾仁粥	(117)	草菇炒菜心	(124)
虫草炖老鸭	(117)	香菇豆腐羹	(124)
杞地白芍猪肉汤	(118)	草菇笋片	(124)
补骨脂羊肉汤	(118)	佛苓兔肉汤	(125)
何首乌鸡汤	(118)	山楂山药鲤鱼汤	(125)
当归生姜羊肉汤	(118)	黑木耳菜肉粥	(125)
当归鸭血汤	(118)	姜汁平菇	(125)
附片狗肉汤	(118)	九仙糕	(125)
黄精陈皮粥	(119)	口蘑鹌鹑肉片	(126)
4. 护肝食谱 80 例	(120)	平菇炒肚尖	(126)
八宝粥	(120)	香菇炒瘦肉	(126)
猪肝枸杞粥	(120)	香菇炖大枣	(126)
菊花枸杞粥	(120)	香菇泥鳅豆腐煲	(126)
枸杞子粥	(121)	香菇烧白菜	(127)
枸杞糯米粥	(121)	银耳枸杞汤	(127)
枸杞乌参鸽蛋	(121)	陈皮赤豆汤	(127)
蛤蜊蒸鸡蛋	(121)	茯苓赤豆苡仁粥	(127)
红烧鲤鱼	(121)	莲子百合芥菜粥	(127)
蒲公英泥鳅汤	(122)	莲子陈皮瘦肉粥	(128)
生姜泥鳅炖豆腐	(122)	莲子二豆粥	(128)
茵陈蜆肉生姜汤	(122)	浮小麦粥	(128)
豆蔻鲫鱼	(122)	金橘山药粟米粥	(128)
枸杞鲫鱼	(122)	绿豆冻糕	(128)
枸杞甲鱼猪髓汤	(123)	糯米苗粥	(128)



青陈皮扁豆粥	(129)
沙参枸杞玫瑰花粥	(129)
羊肾粥	(129)
薏苡仁菱角粥	(129)
枣柿饼	(129)
大枣山药粥	(130)
冬瓜三豆粥	(130)
绿豆藕冬汤	(130)
山药鸡内金粥	(130)
山药内金鳝鱼汤	(130)
山药粥	(130)
紫茄子粥	(131)
白萝卜酸梅汤	(131)
番茄大蒜拌黄瓜	(131)
佛手山药扁豆粥	(131)
苦瓜拌马兰头	(131)
苦瓜炒蛋奶	(132)
苦瓜焖鸡翅	(132)
美味五丝	(132)
芹菜煲大枣	(132)
人参薯蓣糕	(133)
肉末炒番茄	(133)
山药黑芝麻糊	(133)
扁豆山药粥	(133)
蒲公英橘皮粥	(133)
山药枣豆糕	(133)
合欢花猪肉汤	(134)
鲤鱼山楂鸡蛋汤	(134)
荔枝炖鹌鹑	(134)

莲枣酿苹果	(134)
麦麸陈皮粥	(134)
山药扁豆陈皮粥	(135)
素烧三样	(135)
桂花甜橙羹	(135)
番茄牛肉汤	(135)
莲子田螺汤	(135)
玉米须大枣黑豆粥	(136)

三、治疗用药宜忌

1. 治疗用药 52 宜	(139)
肝病患者宜知护肝药的种类	(139)
肝病患者宜知免疫调节剂的种类	(142)
肝病患者宜知干扰素的种类	(144)
宜知小儿肝炎在治疗上的特殊之处	(144)
宜知妊娠期肝炎的治疗	(145)
宜知黄疸持续不退的处理法	(146)
宜知氨基转移酶长期不退的处理法	(147)
宜知伴发呃逆如何处理	(147)
宜知脂肪肝的治疗法	(148)
宜知酒精性肝炎的治疗法	(149)
宜知药物性肝炎的治疗法	(149)
肝病患者宜知慎用的药物	(150)
宜知急性肝炎的治疗法	(151)
宜知慢性乙肝的治疗法	(152)
宜知慢性丙肝的治疗法	(153)



宜知影响干扰素对慢性乙肝	
疗效的因素	(154)
宜知哪些患者不能用拉米夫定疗法	
.....	(154)
宜知“大三阳”“小三阳”	
的处理法	(155)
宜知重型肝炎可用抗病毒治疗	(155)
宜知淤胆型肝炎的治疗法	(156)
宜知肝纤维化的治疗法	(157)
宜知穴位注射治肝纤维化的效果	
.....	(158)
宜知肝硬化并发腹膜炎的治疗	(158)
宜知肝性脑病的治疗法	(159)
宜知肝硬化的治疗法	(159)
宜知肝肾综合症的治疗法	(160)
宜知肝炎后肝硬化上消化道出血的	
治疗法	(160)
肝病患者宜常服“当归”	(162)
肝病患者宜常服冬虫夏草	(163)
肝病患者宜常服人参	(163)
肝病患者宜常服党参	(164)
肝病患者宜常服地黄	(165)
肝病患者宜常服甘草	(165)
肝病患者宜常服何首乌	(166)
肝病患者宜常服田基黄	(167)
肝病患者宜常服大黄	(167)
肝病患者宜常服虎杖	(168)
肝病患者宜常服黄芪	(169)
肝病患者宜常服白术	(170)
肝病患者宜常服连翘	(171)
肝病患者宜常服板蓝根	(171)
肝病患者宜常服茵陈	(171)
肝病患者宜常服桃仁	(172)
肝病患者宜常服山豆根	(172)
肝病患者宜常服垂盆草	(173)
肝病患者宜常服黄芩	(173)
肝病患者宜常服丹参	(174)
肝病患者宜常服柴胡	(174)
肝病患者宜常服灵芝	(175)
肝病患者宜常服猪苓	(175)
肝病患者宜常服五味子	(176)
肝病患者宜常服三七	(176)
2. 治疗用药 13 忌	(178)
肝病患者忌不知肝炎肝硬化出现	
腹水如何处理	(178)
忌不知肝硬化合并胃病的治法	(179)
忌不知降低肝门静脉压力的药物	
.....	(180)
肝病患者忌不知高压氧治疗法	(181)
肝病患者忌不知用中药治疗肝炎	
.....	(181)
肝病患者忌不知病毒性肝炎的预	
后因素	(183)
忌不知甲肝的慢性化趋势	(183)
忌不知乙肝病毒携带者的预后	(184)
忌不知丙肝易变成慢性肝炎	(184)
忌不知丁肝的预后	(185)
忌不知戊肝的预后和慢性化	(185)

忌不知重型肝炎的预后	(185)
忌不知病毒性肝炎怎样算治愈	(186)

四、生活习惯宜忌

1. 生活习惯 23 宜	(189)
肝病患者宜练丑时疗肝功	(189)
肝病患者宜练未时强肝功	(189)
肝病患者宜练健肝功	(190)
肝病患者宜常做散步预防肝病功	(190)
肝病患者宜知饮酒伤肝	(191)
宜知宿醉是肝病的初级信号	(192)
肝病患者宜知酒精造成了肝硬化	(194)
肝病患者宜禁酒	(195)
宜知对肝脏有害的中西药	(195)
宜知纸币能传染乙肝	(196)
宜知纹身、纹眉极易感染肝炎	(197)
肝病患者宜知家中肝炎病毒消毒法	(197)
宜知家人如何预防感染	(198)
宜知托幼机关中的肝炎患者怎么办	(198)
宜知饮食行业中肝炎患者怎么办	

.....	(198)
肝病患者宜喝的饮料	(199)
肝病患者宜喝护肝茶	(199)
肝病患者宜知每天应喝多少水	(202)
肝病患者宜睡好	(202)
肝病患者宜身处优雅的环境	(203)
肝病患者宜注重自己周围的色彩	(205)
肝病患者宜多在鲜花丛中	(207)
肝病患者宜在舒缓音乐中畅想	(208)
2. 生活习惯 10 忌	(209)
肝病患者忌不小心蚊子等传播乙肝	(209)
肝病患者应忌烟	(209)
忌补牙、拔牙不小心染上肝炎	(209)
肝病患者就诊时忌化妆	(210)
肝病患者忌吸毒	(210)
忌不知预防甲肝	(210)
忌不知甲肝疫苗的现状	(210)
忌不知患甲肝后有无免疫力	(211)
忌不用煮沸消毒法预防乙肝传播	(211)
肝病患者忌长时间看书、看电视	(212)

一、心理认识宜忌

XINLI RENSHI YIJI

- ◎ 肝病患者宜知肝脏的生理学特点
- ◎ 宜知乙肝的流行特点
- ◎ 宜知慢性肝炎的最常见病因
- ◎ 宜会巧看“两对半”
- ◎ 忌不知病毒性肝炎的流行情况
- ◎ 忌不知哪些人易得病毒性肝炎
- ◎ 忌认为有肝区痛就是患了肝炎
- ◎ 忌不知病毒性肝炎能预防



1. 心理认识 66 宜



肝病病人宜知肝脏在人体中的位置

肝脏是人体中最大的腺体，也是人体最大的实质性脏器，肝脏主要位于右季肋部和上腹部。我国成年人的肝脏的重量，男性为 1230 ~ 1450 克，女性为 1100 ~ 1300 克，约占体重的 1/40 ~ 1/50。在胎儿和新生儿时期，肝的体积相对较大，可达体重的 1/20。中国人的肝长径、阔径为 25 × 15 厘米。

肝脏有着丰富的血液供应，所以肝脏质软而脆，呈棕红色。肝右端圆钝厚重，左端窄薄呈楔形，有上、下两面，前后左右四缘。上面隆凸贴于膈，被一个长得很像镰刀一样的韧带分为左、右两叶；下面略凹，邻接腹腔脏器，此面有一个略呈 H 形的左右纵沟及横沟，右侧沟窄而深，沟前部有肝圆韧带，右纵沟阔而浅，前部有容纳胆囊的胆囊窝，后部有供下腔静脉

通过的下腔静脉窝。横沟内有门静脉、肝动脉、肝管、神经及淋巴管出入，称为肝门。肝的大部分位于右季肋部和上腹部，小部分位于左季肋部。肝上界与膈穹隆一致，成人的肝上界一般在锁骨中线与第 5 肋的交点水平。肝大部分为肋弓所覆盖，仅在腹上部左、右肋弓之间露出 3 ~ 5 厘米，贴靠腹前壁，所以，正常成年人在右肋缘下是不易触及肝下界的。若肝上界的位置正常，成人如果在右肋缘下触及肝脏，多半为病理性肝肿大。小儿肝脏下界是个例外可低于肋弓。由于肝上界与膈由冠状韧带相连接，故当人体呼吸时，肝可随膈的运动而上下移动，升降可达 2 ~ 3 厘米。腹上部以及右季肋区如受到暴力打击或肋骨骨折时，均可导致肝脏的破裂。

肝的左叶上面膈邻近心包和心脏。右叶上面膈邻近右胸膜腔和右肺，因此肝右叶脓肿有时侵蚀膈面而波及右胸膜腔和右肺。右叶后缘内侧邻近食道，左叶下面接触胃前壁，右叶下



面前边接触结肠右曲，中部近肝门处邻接十二指肠，后边接触肾和肾上腺。肝脏被许多条韧带固定于腹腔内，肝脏表面被灰白色的肝包膜包裹着。肝脏的血液供应 3/4 来自门静脉，1/4 来自肝动脉。门静脉的终支在肝内扩大为静脉窦，它是肝小叶内血液流通的管道。肝动脉是来自心脏的动脉血，主要供给肝脏所需要的氧气，另 3/4 来自门静脉，后者收集胃肠道和脾脏的血液以供给肝脏营养。



肝病患者宜知肝脏的生理学特点

肝脏的表面有一薄层致密结缔组织构成的被膜，被膜深入肝内形成网状支架，将肝实质分隔成许多具有相似形态和相同功能的基本单位——肝小叶。人类肝脏约有 150 万个肝小叶。肝小叶呈多角棱柱体，约 1 毫米×2 毫米大小，小叶的中轴贯穿一条静脉，为中央静脉。肝细胞以中央静脉为中心呈放射状排列，形成肝细胞索。肝细胞索相互吻合成网，网眼间有窦状隙和血窦。肝细胞间的管状间隙形成毛细胆管。因此可以说，肝小叶是由肝细胞、毛细胆管、血窦和相当于毛细淋巴管的窦间隙所组成的。当肝细胞广泛变性和坏死，纤维组织弥漫性增生，并有再生小结节形成，正常肝小叶结构和血管解剖被破坏，就 1 肝硬化。



肝病患者宜知肝脏的主要生理功能

肝脏的血液供应非常丰富，这和它担负着

身体中重要的生理功能是分不开的。有人把肝脏比作人体内的化工厂，这是有一定道理的，在人体的肝脏内进行的生物化学反应高达 500 种以上。肝脏的主要生理功能有：

1. 分泌胆汁

肝细胞不断地生成胆汁酸和分泌胆汁。胆汁在消化过程中可促进脂肪在小肠内的消化和吸收。可以这样说，人体内如果没有了胆汁，食入的脂肪将会从粪便中白白流失达 40%，而且还将伴有脂溶性维生素的吸收不良。

2. 代谢功能

①糖代谢。饮食中的淀粉和糖类经消化变成葡萄糖由肠道吸收后，肝脏就会将其合成肝糖原并贮存起来，当机体需要时，肝细胞又可以将肝糖原分解为葡萄糖以供给机体利用。当血液中血糖浓度变化时，肝脏具有调节作用。

②蛋白质代谢。肝脏是人体白蛋白唯一的合成器官。除白蛋白以外的球蛋白、酶蛋白以及血浆蛋白质的生成、维持和调节都需要肝脏参与。氨基酸代谢如脱氨基反应、尿素合成及氨的处理也均在肝脏内进行。③脂肪代谢。中性脂肪的合成和释放、脂肪酸分解、酮体生成与氧化、胆固醇与磷脂的合成、脂蛋白合成和运输均在肝内进行。④维生素代谢。人体内的许多维生素如维生素 A、B、C、D 和 K 的合成与储存均与肝脏密切相关。肝脏明显受损时会出现维生素代谢异常。⑤激素代谢。肝脏参与激素的灭活。当肝功能长期损害时可出现性激素失调，往往有性欲减退，腋毛、阴毛稀少或脱落，男