

【肝病基础知识有问必答】

肝病

健康常识 1000 问

● 肝病患者的健康生活指南 ●

GanBing
JianKangChangShi
1000Wen



崔先铎 ◎ 编著

总参干休所首长保健医师
中国中医疑难症研究会副会长

本书采用问答的方式向您介绍日常的养肝护肝方法、肝病初期的临床症状、肝病预防知识、肝病研究的最新进展、内容通俗易懂、科学性、实用性、相信本书一定会对您的肝脏健康、身体健康有所帮助。

- ▲ 普及有关肝病的基础知识
- ▲ 介绍养肝护肝的健康诀窍
- ▲ 解开关于肝病的种种迷思

上海科学普及出版社

➤ 专病请专家，专家进万家 ➤

肝病

健康常识1000问

• 肝病患者的健康生活指南 •



崔先铎 ◎ 编著



上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

肝病健康常识 1000 问/崔先铎编著. —上海: 上海科学普及出版社, 2010. 1

ISBN 978 - 7 - 5427 - 4464 - 7

I. 肝… II. 崔… III. 肝疾病—防治—问答 IV.
R575 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 180997 号

责任编辑 张 帆

特约编辑 蔡 婷

肝病健康常识 1000 问

崔先铎 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

[http: //www. pspsh. com](http://www.pspsh.com)

各地新华书店经销 北京燕旭开拓印务有限公司

开本 720 × 1000 1/16 印张 17.25 字数 290 千字

2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5427 - 4464 - 7 定价: 32.80 元

前言

PREFACE

肝脏是人体的重要器官之一，它的功能正常与否直接影响着人们的健康和生活质量。肝脏疾病尤其是病毒性肝炎更是我国常见病和难治病之一，对人的影响巨大，据全国病毒性肝炎流行病学调查，我国现有 1.2 亿人携带乙型肝炎病毒，其中处于发病状态的慢性肝炎患者超过 3000 万，而且患者还以每年数十万的速度增长。同时，脂肪肝、酒精肝、药物性肝损害的患者也每年在以一定的速度增长。而很多人肝病防治的常识匮乏，这也是导致肝病患者不断增多的原因。

肝病患者不断增多，但是患者掌握肝病的相关常识却很少。一些患者因为不严格按医嘱用药甚至自行用药导致病情加重；一些患者使用干扰素，因为产生常见的不良反应，情绪紧张，甚至不敢再使用；一些患者则求医心切，在这一家医院住院治疗一段时间，又转到另一家医院，效果不明显又转医院，不少患者还擅自配中草药同时服用。这些现象的出现都会导致肝、肾毒性，使病情恶化，造成严重的后果。

相对于患者的盲目就医和用药，不少健康人群也因为粗心大意，缺乏保护和防病的意识，不小心被感染。还有一部分人因为不良的生活方式，如多盐、多糖、多脂肪食物的摄入，饮食与营养结构的不合理，酗酒和吸烟等不良嗜好以及心理应激式紧张生活等所导致的心理障碍，导致肝病的发生。基于此，培养良好的生活习惯对防治肝病是十分必要的。

为了有效地预防肝病，减少肝病患者在用药、治疗、保健过程中的失误，我们根据肝病患者医治用药和健康人群生活保健过程中可能发生的种种问题，结合肝病防治的理论知识，编写了《肝病健康常识 1000 问》，以期使肝病患者能取得很好的治疗效果，尽早康复。同时，我们希望通过本书普及肝病的相关知识，提升人们的生活质量，使每个人都能享受健康生活带来的快乐。

目 录

CONTENTS

第 1 部分 基础篇

1. 肝病是怎样分类的? /2
2. 哪种肝病危害性最大? /2
3. 什么是甲型肝炎? /2
4. 甲肝是怎么传染的? /3
5. 什么是急性黄疸型肝炎? /3
6. 什么是急性无黄疸型肝炎? /3
7. 什么是急性重症甲型肝炎? /3
8. 什么是亚急性重症甲肝? /4
9. 什么是淤胆型甲肝? /4
10. 甲肝传染性何时最强? /4
11. 应如何预防甲型肝炎? /4
12. 为什么儿童和青年人易患甲肝? /5
13. 甲肝疫苗的分类? /5
14. 接种甲肝疫苗要注意什么? /5
15. 什么是甲肝带菌者? /6
16. 乙肝可以分为哪几类? /6
17. 什么是乙肝病毒携带者? /6
18. 什么是急性乙肝? /6
19. 急性乙肝有什么危害性? /7
20. 急性乙肝的转归如何? /7
21. 急性乙肝的治疗原则是什么? /7
22. 急性乙肝患者应如何休息? /8
23. 急性乙肝患者应如何合理饮食? /8
24. 急性乙肝患者应补充什么营养? /8
25. 为什么不主张对乙肝病毒携带者进行治疗? /8
26. 什么是慢性乙型肝炎? /9
27. 什么是乙肝的“小三阳”、“大三阳”? /9
28. “大三阳”有什么特性? /9
29. “小三阳”有什么特性? /10
30. 乙肝患者会有什么身体症状? /10
31. 乙肝患者消化道有什么反应? /10
32. 乙肝有什么显著特征? /10
33. 乙肝患者肝部有什么症状? /11
34. 乙肝患者肝脾会出现什么异常? /11
35. 乙肝患者有哪些肝外表现? /11
36. 丙型肝炎是怎么引起的? /11
37. 丙肝的高危人群有哪些? /12
38. 丙肝会导致肝硬化吗? /12
39. 乙肝与丙肝的异同有哪些? /12
40. 丙肝与乙肝能同时发生吗? /13
41. 丙肝隐蔽性到底有多强? /13
42. 没有症状的丙肝就不要紧吗? /13
43. 什么是急性丙肝? /13
44. 什么是慢性丙肝? /14
45. 慢性丙肝有没有肝外迹象? /14
46. 丙肝与肝癌有何关系? /14
47. 什么是丁肝? /14

48. 丁肝主要传染源是什么? /15
49. 丁肝有哪些症状? /15
50. 什么是戊型病毒性肝炎? /15
51. 戊型病毒性肝炎有哪些特性? /15
52. 什么是急性戊肝? /16
53. 为什么戊肝在夏季易发? /16
54. 戊肝和甲肝有什么区别? /16
55. 戊肝有哪些危害? /16
56. 乙肝、丙肝患者为何要防合并戊肝? /17
57. 为什么戊肝病毒没有疫苗? /17
58. 什么是庚型肝炎? /17
59. 庚型肝炎会出现哪些转化? /17
60. 庚肝病毒的传播途径有哪些? /18
61. 什么是己型病毒性肝炎(己肝)? /18
62. 中医对肝病是如何认识的? /18
63. 何谓氨基转移酶异常? /19
64. 如何根据氨基转移酶来划分病情程度? /19
65. 如何利用氨基转移酶比值判定病情发展程度? /19
66. 为什么氨基转移酶居高不下? /19
67. 甲肝会演变为慢性肝炎吗? /20
68. 黄疸是由什么引起的? /20
69. 黄疸有哪些表现及如何诊断? /20
70. 肝外梗阻性黄疸有什么症状? /20
71. 中医怎么认识阻塞性黄疸? /21
72. 什么是肝硬化? /21
73. 肝硬化是由什么原因引起的? /21
74. 肝硬化有哪些表现及如何诊断? /21
75. 肝硬化有没有传染性? /22
76. 肝硬化如何分类? /22
77. 肝硬化早期有什么症状? /22
78. 肝硬化会变成肝癌吗? /22
79. 肝硬化患者易受细菌侵袭吗? /23
80. 肝硬化引起败血症会出现什么症状? /23
81. 肝硬化会影响性功能吗? /23
82. 肝硬化患者为何要注意黄疸指标? /23
83. 肝昏迷分为哪几期,各自的特点是什么? /24
84. 原发性肝癌的病因有哪些? /24
85. 原发性肝癌晚期有什么症状? /24
86. 原发性肝癌有何特性? /25
87. 原发性肝癌的死亡原因有哪些? /25
88. 什么是肝昏迷? /25
89. 引起肝昏迷的原因有哪些? /26
90. 什么是肝腹水? /26
91. 肝腹水会不会传染? /26
92. 肝腹水病情分为几个阶段? /26
93. 肝硬化恶化有哪些前兆? /27
94. 脂肪肝有哪些表现? /27
95. 什么是肝脏收支平衡? /27
96. 肝囊肿是由什么原因引起的? /27
97. 肝囊肿有何属性? /28
98. 什么样的肝囊肿不要紧? /28
99. 哪些肝囊肿要及时治疗? /28
100. 肝囊肿与肝脓肿有何区别? /28
101. 什么是肝脓肿? /29
102. 肝囊肿与多囊肝有何区别? /29
103. 什么是肝纤维化? /29
104. 哪些肝病容易伴有肝纤维化? /29
105. 肝纤维化会造成什么后果? /30
106. 肝纤维化需要治疗吗? /30
107. 怎样早期发现肝炎? /30
108. 急性重型肝炎可分几种类型? /31
109. 什么是急性重型肝炎? /31
110. 什么是亚急性重型肝炎? /31
111. 肝炎与糖尿病有什么联系? /31
112. 氨基转移酶有何作用? /32
113. 氨基转移酶升高有何原因? /32
114. 乙肝病毒携带者也会转化为肝癌吗? /32

115. 什么是无症状乙肝“大三阳”? /32
116. 无症状乙肝“大三阳”有危害吗? /33
117. 无症状“大三阳”应怎样治疗? /33
118. 无症状“大三阳”患者应注意什么? /33
119. 如何看肝功能化验单上的加减号? /33
120. 甲胎蛋白阳性者怎么办? /34
121. 肝病患者为何会得肝源性胃病? /34
122. 什么因素使乙肝病毒损害胃黏膜? /34
123. “小三阳”应警惕早期纤维化吗? /35
124. 注射乙肝疫苗后是否有不良反应? /35
125. 什么是肝功能复查? /35
126. 血常规复查有什么意义? /35
127. 肝病患者全面复查包括什么? /36
128. 什么是肝穿刺? /36
129. 进行肝穿刺有哪些价值? /36
130. 肝硬化患者为何要胃镜检查? /37
131. 丙氨酸氨基转移酶(ALT)不正常是肝炎吗? /37
132. 乙肝病毒会引起肾炎吗? /38
133. 为何肝炎患者易出血? /38
134. “小三阳”也有假的? /38
135. 哪些原因导致“假小三阳”? /39
136. 哪些丙肝患者能自愈? /39
137. 什么是药物性肝炎? /39
138. 药物性肝炎有何症状? /40
139. 如何划分药物性肝炎? /40
140. 什么是中毒性肝炎? /40
141. 自身免疫性肝炎可以预防吗? /40
142. 如何检测和治疗免疫性肝炎? /41
143. 为什么会出现免疫性肝炎? /41
144. 免疫性肝炎有什么外在表现? /41
145. 自身免疫性肝炎分几型? /42
146. 肝病为何会从眼睛异常表现出来? /42
147. 肝癌的治愈标准是什么? /42
148. 哪些人容易患肝癌? /43
149. 肝癌的早期有没有症状? /43
150. 肝癌为什么会引起肝区疼痛? /43
151. 肝癌中期有什么症状? /44
152. 晚期肝癌有什么症状? /44
153. 肝硬化就是肝病的晚期吗? /44
154. 什么是肝吸虫病? /45
155. 肝腹水分几个阶段? /45
156. 肝囊肿是什么病? /45
157. 肝囊肿有哪几种分类? /46
158. 肝囊肿有哪些症状? /46
159. 如何估计自己肝病病情? /46
160. 什么是肝肾综合征? /47
161. 什么是瘀血性肝病? /47
162. 引起妊娠性肝病的原因是什么? /48

第2部分 饮食篇

1. 肝硬化患者应怎样饮食? /50
2. 过度节食会导致脂肪肝吗? /50
3. 肝病患者适合吃什么水果? /50
4. 为什么肝炎患者要适度食糖类? /50
5. 吃甲鱼对肝炎患者有疗效吗? /51
6. 多吃动物肝脏能以脏补脏吗? /51
7. 肝病患者可以吃“发物”吗? /51
8. 肝病患者适宜吃哪种食用油? /52
9. 肝病患者食用植物油要注意什么? /52
10. 肝炎患者为何禁止饮酒? /52
11. 慢性肝炎患者吃什么好? /52
12. 老年肝炎患者补充蛋白质时要注意什么? /53
13. 肝炎患者应怎样合理饮用饮料? /53

14. 涮海鲜为什么会引发甲肝? /53
15. 肝炎合并糖尿病时怎样控制饮食? /54
16. 春季养肝应选择什么食物? /54
17. 春季养肝食补可以吃什么? /54
18. 春季如何去肝火? /54
19. 春季养肝为什么要多喝水? /55
20. 肝病患者为什么不宜食蒜? /55
21. 肝炎合并糖尿病的患者不宜吃什么? /55
22. 肝炎合并糖尿病的患者应多吃什么? /55
23. 肝炎合并糖尿病的患者可以吃水果吗? /56
24. 生吃海鲜易感染甲肝吗? /56
25. 治疗肝性脑病要怎样饮食? /56
26. 肝性脑病患者饮食要注意什么细节? /56
27. 吃焦化及烟熏食物有什么害处? /57
28. 原发性肝癌患者应怎么饮食? /57
29. 原发性肝癌患者应摄入哪些营养? /57
30. 肝腹水患者为什么要控制盐量? /57
31. 肝腹水患者应怎么样补充热量? /58
32. 肝腹水患者进食的营养原则是什么? /58
33. 饮酒易致脂肪肝吗? /58
34. 出现酒精性脂肪肝该怎么办? /58
35. 管好嘴可防脂肪肝吗? /59
36. 脂肪肝患者适合吃什么食物? /59
37. 胡萝卜汁可以为肝减脂吗? /59
38. 如何在春季减掉过多的脂肪? /59
39. 绿茶可以对抗脂肪肝吗? /60
40. 冬瓜皮可以为肝脏减肥吗? /60
41. 中医食疗可以预防脂肪肝吗? /60
42. 肝病患者可以常食银耳吗? /60
43. 大黄可以治疗脂肪肝吗? /61
44. 脂肪肝患者如何服用制首乌? /61
45. 脂肪肝患者如何服用决明子? /61
46. 不同的喝酒方式的伤肝程度不同吗? /61
47. 以酒冲服感冒药很伤肝吗? /62
48. 甲鱼汤会导致患者肝昏迷吗? /62
49. 肝炎患者不能吃腌制食品吗? /62
50. 肝炎饮食宜荤素搭配吗? /62
51. 秋季吃菠菜可以补肝吗? /63
52. 春天应多吃食甘味吗? /63
53. 肝病患者宜吃哪些甘味? /63
54. 有胃病的肝病患者怎样饮食? /63
55. 老年肝炎患者一日三餐如何吃? /64
56. 肝炎患者饮食不宜过饱吗? /64
57. 春天适宜以肝补肝吗? /64
58. 肝病患者如何以味补肝? /64
59. 肝虚怎么办? /65
60. 慢性肝炎切忌营养过剩吗? /65
61. 慢性肝炎患者如何预防营养过剩? /65
62. 肝病患者对调味品有禁忌吗? /65
63. 如何饮食上养肝补脾? /66
64. 低铁饮食可治慢性肝病吗? /66
65. 肝炎患者不宜吃大闸蟹吗? /66
66. 肝炎患者不能多吃水果吗? /66
67. 肝炎患者要低脂肪饮食吗? /67
68. 吃绿豆有什么好处? /67
69. 动物内脏宜炖不宜炒吗? /67
70. 急性肝炎患者的饮食原则是什么? /67
71. 重型肝炎患者的饮食原则是什么? /68
72. 中年男性护肝可以吃什么? /68
73. 食用菌对肝病有什么好处? /68
74. 罐头食品会加重肝坏死吗? /68
75. 乙肝患者忌烟熏火烤食品吗? /69
76. 肝病患者吃肉易致癌吗? /69
77. 肝病患者可以喝牛奶吗? /69
78. 葡萄对乙肝患者有什么好处? /70
79. 肝炎患者适合何种饮料? /70

80. 何首乌会造成药物性肝炎吗? /70
81. 喝西瓜汁对肝病有好处吗? /71
82. 吃生鱼片能引起肝硬化吗? /71
83. 吃红豆对肝腹水有益吗? /71
84. 肝腹水患者为何应限盐? /71
85. 肝腹水患者限盐的量是多少? /72
86. 肝腹水患者饮食应注意哪些细节? /72
87. 溃疡病患者患肝炎应如何饮食? /73
88. 肝腹水患者要禁忌过量食肉和糖吗? /73
89. 肝病患者为什么忌饱食? /73
90. 肝病患者为什么要少食用油腻食品? /73
91. 果菜汁可以强肝解毒吗? /74
92. 肝炎患者慎食火锅吗? /74
93. 老年患者不适合多吃葵花子吗? /74
94. 肝病患者怎样吃柑橘才科学? /75
95. 肝功能不良的宝宝不宜食橘汁吗? /75
96. 肝炎患者可以吃羊肉吗? /75
97. 多食维生素 A 会导致肝病吗? /76
98. 肝病患者长期食用味精有害吗? /76
99. 为何易怒肝病患者要常吃点健脑食品? /76
100. 肝病恢复期吃鸡肉补, 还是喝鸡汤补? /77
101. 肝病患者在烹调上应注意些什么? /77
102. 肝病患者适当多吃点鱼有什么好处? /77
103. 肝病患者如何吃豆制品? /78
104. 为何说醉酒伤肝不亚于轻型肝炎? /78
105. 每日吃橙可以远离肝病吗? /78
106. 多吃蘑菇可以预防肝病吗? /79
107. 乙肝患者可以吃鸡蛋吗? /79
108. 肝病患者吃水果应注意什么? /79
109. 严重肝病时会导致电解质紊乱吗? /80
110. 为什么说肝病患者饮用酸奶比鲜奶好? /80

第3部分 情绪心理篇

1. 情绪与肝病有什么关系? /82
2. 春季应如何调养精神? /82
3. 肝病患者春季要保持心情舒畅吗? /82
4. 怎样预防不良情绪伤肝? /82
5. 拥有好心情才能真正养肝吗? /83
6. 如何舒展心情? /83
7. 肝病患者出现阳痿应怎样进行心理调节? /83
8. 肝硬化患者如何调整心理状态? /83
9. 如何运用音乐调节心情? /84
10. 肝炎患者生活中忌讳什么? /84
11. 为什么肝病患者不能情志不畅? /84
12. 良好的心态对肝病有什么好处? /85
13. 乙肝患者易出现心理障碍吗? /85
14. 精神活动与肝脏有什么关系? /85
15. 乙肝病毒携带者要消除哪些不良心态? /85
16. 好心情有利于肝功能正常吗? /86
17. 患乙肝后为什么会情绪焦虑? /86
18. 肝病患者情绪焦虑该怎么办? /86
19. 心定气闲可护肝吗? /86
20. 心理因素与肝病治疗有什么关系? /87
21. 什么是疏导法? /87
22. 什么是转移法? /87

23. 什么是隐瞒法? /88
24. 情绪会影响乙肝疗效吗? /88
25. 平常心有利于乙肝治疗吗? /88
26. 肝病患者如何自我调整负性情绪? /88
27. 肝病患者如何摆脱负性情绪? /89
28. 为何说肝硬化患者控制情绪很重要? /89
29. 肝硬化患者在性情上要注意哪些? /89
30. 乙肝患者不能进行过多体力或脑力劳动吗? /89
31. 忧郁对肝病患者有影响吗? /90
32. “七情”对肝病患者有影响吗? /90
33. 重症肝炎患者有哪些心理变化? /90
34. 如何给重症肝炎患者以心理安慰? /91
35. 慢性肝病患者需要心理疏导吗? /91
36. 肝病患者如何进行心理减压? /91
37. 肝病患者如何消除孤独感? /92
38. 乙肝患者怎样克服心理障碍? /92
39. 恐病、疑病易致病? /93
40. 乙肝患者如何疏导痛苦情绪? /93
41. 乙肝患者如何消除精神紧张? /93
42. 慢性肝炎患者具有怎样的心理特征? /94
43. 如何对慢性肝炎患者进行心理护理? /94
44. 年轻人患肝病后心理会发生什么变化? /95
45. 如何对年轻肝病患者进行心理干预? /95
46. 中年肝病患者有什么心理特征? /95
47. 如何对中年肝病患者进行心理安慰? /96
48. 肝病患者如何排除恐慌心理? /96

第 4 部分 运动篇

1. 春季养肝应怎么样运动? /98
2. 肝硬化患者如何运动? /98
3. 肝纤维化患者如何保健按摩? /98
4. 酒精性肝硬化患者如何按摩? /98
5. 肝病患者如何宽胸顺气? /99
6. 肝病患者适合散步和旅游吗? /99
7. 如何用运动对抗脂肪肝? /99
8. 脂肪肝患者适合做哪些运动? /99
9. 脂肪肝患者如何把握运动量? /100
10. 酒后不宜即刻运动吗? /100
11. 练护肝功有什么作用? /100
12. 肝病患者适合动静相宜吗? /101
13. 肝肿胀怎么推拿缓解? /101
14. 肝炎低热怎么办? /101
15. 体育锻炼对乙肝患者有好处吗? /101
16. 乙肝患者适宜哪些运动? /102
17. 急性肝炎患者怎么做运动? /102
18. 肝病患者为何运动后会不适? /102
19. 肝炎综合征患者可以运动吗? /102
20. 肝炎患者运动时要注意什么? /103
21. 如何用穴位按摩治疗慢性肝炎? /103
22. 脂肪肝患者运动时应注意什么? /103
23. 为何肝硬化患者不能活动过久? /103
24. 肝纤维化如何进行保健按摩? /104
25. 为何肝炎患者不宜饭后散步? /104
26. 如何做护肝保健操? /104
27. 乙肝患者夏季宜散步吗? /105
28. 肝炎患者怎样进行体育锻炼吗? /105

29. 肝炎患者康复期工作、活动如何掌握? /105
30. 肝病患者能游泳吗? /106
31. 如何通过运动提高乙肝免疫力? /106
32. 肝病患者运动时如何正确着装? /106
33. 肝病患者如何注意运动卫生? /107
34. 冥想对肝病有好处吗? /107
35. 身心放松法有什么好处? /107

第5部分 生活篇

1. 肝炎患者看电视后为何眼睛发干? /110
2. 滥用补药会引发肝坏死吗? /110
3. 为什么肝病患者更易中暑? /110
4. 乙肝患者如何安稳度夏? /111
5. 蜘蛛痣与肝病有何关系? /111
6. 出现蜘蛛痣一定就是得了肝病吗? /111
7. 肝病患者秋天应注意什么? /112
8. 为何秋天肝病易复发? /112
9. 为什么肝病患者秋天最好查查肝功能? /112
10. 肝炎患者可以进补吗? /112
11. 肝炎患者食补可以吃什么? /113
12. 肝炎患者药补可以吃什么? /113
13. 中医如何看待春季养肝? /113
14. 春季养肝要注意休息吗? /113
15. 春季睡眠要注意什么? /114
16. 肝炎患者能否过性生活? /114
17. 急性肝炎患者可以进行性生活吗? /114
18. 乙肝病毒携带者应怎样过性生活? /115
19. 脂肪肝患者可以进行性生活吗? /115
20. 为什么肝病患者要常补钙? /115
21. 慢性肝炎患者在营养方面应该注意什么? /115
22. 脸黄一定是肝炎吗? /116
23. 疲劳会引发原发性胆汁性肝硬化吗? /116
24. 肝硬化患者应怎么补给蛋白质? /116
25. 肝硬化会引发皮肤改变吗? /117
26. 肝硬化会引起贫血吗? /117
27. 为什么营养不良会引起肝硬化? /117
28. 营养不良性肝硬化有什么表现? /117
29. 肝硬化患者在生活中应注意什么? /118
30. 吸烟会加速肝脏纤维化吗? /118
31. 生活中哪些因素易导致脂肪肝? /118
32. 哪些疾病易导致脂肪肝? /118
33. 产后大补会补出脂肪肝吗? /119
34. 常吃煎蛋会得脂肪肝吗? /119
35. 脂肪肝患者不宜吃得太多吗? /119
36. 脂肪肝患者需要充足睡眠吗? /119
37. 脂肪肝患者要防便秘吗? /120
38. 饭后喝茶易得脂肪肝吗? /120
39. 长期服避孕药易患脂肪肝吗? /120
40. 肝炎患者生活中忌讳什么? /121
41. 饭后躺下对肝有好处吗? /121
42. 退热药加咖啡严重伤肝吗? /121
43. 肝病患者应怎样服补品? /122
44. 治疗肝炎要保持怎样的心态? /122
45. 肝病患者应怎样对症进补? /122
46. 肝病患者食补如何适度? /122
47. 补品能不能治疗脂肪肝? /123
48. 丙肝可以在配偶间传播吗? /123
49. 丙肝会影响男性性功能吗? /123
50. 丙肝患者易患糖尿病吗? /123
51. 多年“小三阳”也会肝纤维化吗? /124

52. 铁与丙肝有什么关系? /124
53. 久视会伤肝脏吗? /124
54. 丙肝患者生活中要注意什么? /124
55. 肝炎患者应如何进行性保健? /125
56. “春捂”可以护肝吗? /125
57. 如何处理好性生活与传染的关系? /125
58. 熬夜会得肝病吗? /125
59. 带状疱疹会引来肝病吗? /126
60. 如何避免洗牙时被传染疾病? /126
61. 乙肝治疗过程能乱停药吗? /126
62. 在性生活中传播乙肝的概率有多大?
/127
63. 乙肝患者能不能进行化疗? /127
64. 精子可以传递乙肝病毒吗? /127
65. 肝癌与生活方式有什么关系? /127
66. 年轻人抗乙肝要有什么策略? /128
67. “小三阳”会在性爱中传播吗? /128
68. 乳汁可以传染乙肝病毒吗? /128
69. 夏天如何保护肝脏? /128
70. 肝病患者夏季养生要睡好吗? /129
71. 哪些生活细节会毁肝? /129
72. 肝炎患者在起居方面要注意什么? /129
73. 高温会加剧肝脏负荷吗? /129
74. 怎样防备不良生活侵害肝脏? /130
75. 肝病患者可以服避孕药吗? /130
76. 肝病患者为何容易便秘? /130
77. 肝病患者如何防止便秘? /130
78. 乙肝患者为何要警惕上腹不适? /131
79. 乙肝患者应如何养胃? /131
80. 氨基酸对肝病患者有何好处? /131
81. 为何不要靠近环境污染物? /131
82. 肝炎患者应使用怎样的安全套? /131
83. 为何肝病患者冬季要静养? /132
84. 肝病患者冬季如何防感冒? /132
85. 老年肝病患者症状加重怎么办? /132
86. 秋季如何防治乙肝? /133
87. 早睡是否有利于肝健康? /133
88. 肝病患者在夏季如何减少耗损? /133
89. 偏方可以治肝病吗? /133
90. 混着吃药是否容易得药物性肝炎? /134
91. 布洛芬(芬必得)与阿司匹林同服会导致
肝炎吗? /134
92. 肝病是否会导致月经异常? /134
93. 甲亢患者肝脏容易出问题吗? /135
94. “以肝养肝”科学吗? /135
95. 自身免疫性肝炎青睐哪类人? /135
96. 哪些食物容易导致肝癌? /136
97. 肝癌切除后何以还有可能复发? /136
98. 复方丹参是否能阻断肝癌? /136
99. 肝癌患者为什么要保持大便通畅? /136
100. 肝硬化的家庭治疗措施有哪些? /137
101. 肝硬化会引起痔疮吗? /137
102. 中青年出现老年斑与肝炎有什么关
联? /138
103. 为什么肝病患者忌长时间看书? /138
104. 乏力和食欲差与病情轻重有关吗? /
138
105. 肝病患者蛋白质缺乏会怎样? /139
106. 吸烟是否会加重肝病? /139
107. 牙龈出血与肝病有关吗? /139
108. 乙型肝炎患者为什么容易失眠? /140
109. 怎样安排肝病患者的休闲活动? /140



第 6 部分 特殊人群篇



1. 甲肝孕妇应注意什么? /142
2. 怀孕妇女感染乙肝怎么办? /142
3. “大三阳”妇女生子应注意什么? /142
4. 孕妇感染丙肝应怎么办? /142
5. 孕妇感染丁肝怎么办? /142
6. 孕妇感染戊肝怎么办? /143
7. 孕期氨基转移酶高是患有肝炎吗? /143
8. 什么是乙肝的父婴传播呢? /143
9. 乙肝的父婴传播有何特点? /143
10. 肝病妇女如何避孕? /144
11. 乙肝患者怀孕时应该注意什么? /144
12. 孕妇为什么要高度重视戊型肝炎? /144
13. 新生儿得黄疸怎么办? /145
14. 什么是新生儿生理性黄疸? /145
15. 什么是新生儿病理性黄疸? /145
16. 什么是母乳性黄疸? /146
17. 什么是新生儿溶血性黄疸? /146
18. 什么是新生儿阻塞性黄疸? /146
19. 什么是新生儿感染性黄疸? /146
20. 什么是胆红素脑病? /147
21. 什么是脓毒症? /147
22. 肝硬化与脓毒症有什么关系? /147
23. 孕期要远离脂肪肝吗? /147
24. 孕前为何要筛查乙肝? /148
25. 孕妇能否打乙肝疫苗? /148
26. 乙肝患者何时怀孕最佳? /148

第 7 部分 并发症篇



1. 肝病会导致性功能下降吗? /150
2. 肝炎患者出现阳痿怎么治? /150
3. 肝炎会有后遗症吗? /150
4. 什么是肝炎后高胆红素血症? /150
5. 什么是肝炎后综合征? /151
6. 什么是肝炎后脂肪肝? /151
7. 黄疸会并发哪些疾病? /151
8. 肝硬化可以并发哪些疾病? /151
9. 什么是门脉高压症? /152
10. 什么是肝门脉硬化? /152
11. 什么是肝性脑病? /152
12. 肝性脑病有哪些诱发因素? /152
13. 肝性脑病患者有什么症状? /153
14. 肝性脑病患者出现便秘有什么危害?
/153
15. 肝性脑病患者出现便秘该怎么办? /153
16. 为何肝硬化患者易合并消化道出血? /153
17. 门静脉高压症有何表现? /154
18. 如何避免门静脉高压引起大出血? /154
19. 脂肪肝可能并发哪些疾病? /154
20. 什么是迟发性皮肤卟啉病? /155
21. 甲型肝炎可以并发哪些疾病? /155
22. 什么是流感样综合征? /155
23. 什么是旁癌综合征? /155
24. 肝癌有哪些并发症? /156
25. 什么是肝癌结节破裂? /156
26. 肝癌结节破裂有什么症状? /157
27. 肝癌会并发感染及癌性发热吗? /157
28. 什么是肝癌肝肾综合征? /157
29. 肝硬化患者如何避免并发症? /158
30. 肝病会导致早泄吗? /158
31. 什么是肝源性溃疡? /158

第 8 部分 用药与治疗常识篇

1. 中医治疗肝病的原则是什么? /160
2. 甲肝是否会发展为重型肝炎? /160
3. 为什么甲肝治愈后又复发? /160
4. 氨基转移酶居高不下该怎么治疗? /160
5. 治甲肝需不需要多用药吗? /161
6. 甲肝治愈后不会再得吗? /161
7. 甲肝患者不能服用抗生素吗? /161
8. 乙肝患者不能盲目抗病毒吗? /162
9. 哪些病症不需要抗病毒? /162
10. 哪些情况下不需抗病毒? /162
11. 如何选择抗病毒的最佳时机? /162
12. 选择抗病毒药要选贵的吗? /163
13. 重型肝炎可选择什么抗病毒药? /163
14. 轻度肝病患者可以选择什么来抗病毒? /163
15. 特殊人群不能抗病毒吗? /163
16. 药物也能损害肝脏吗? /164
17. 中药也会伤害肝脏吗? /164
18. 常用养肝药有哪些? /164
19. 什么是选用药物不当? /164
20. 治疗黄疸时要注意什么? /165
21. 庚型肝炎可以治好? /165
22. 如何治疗肝硬化并发消化道出血? /165
23. 治疗肝腹水的基本方法是什么? /165
24. 肝腹水的治疗原则是什么? /166
25. 脂肪肝患者可以服用降脂药吗? /166
26. 单纯性脂肪肝要不要服药? /166
27. 服保肝药需控制在 3 种以内吗? /167
28. 中医如何论治酒精性肝病? /167
29. 肝昏迷患者需慎用氨基酸吗? /167
30. 乙肝用药不足的后果是什么? /168
31. 乙肝用药过量的后果是什么? /168
32. 治疗乙肝就要用贵药吗? /168
33. 如何治疗戊型肝炎? /168
34. 乱用降脂药会破坏肝功能吗? /169
35. 肝病用药的原则是什么? /169
36. 早治疗丙肝可治愈吗? /169
37. 丙肝患者不能盲目服用降酶药物吗? /169
38. 干扰素的不良反应有哪些? /170
39. 治疗丙肝怎么选干扰素? /170
40. 使用干扰素治疗丙肝要注意什么? /170
41. 治疗丙肝一定要抗病毒吗? /171
42. 丙肝疗效的标准是什么? /171
43. 哪些丙肝患者能自愈? /171
44. 吸毒的丙肝患者能否自愈? /171
45. 慢性丙肝有什么新疗法? /172
46. 如何实施细胞免疫治疗法? /172
47. 肝病患者用抗结核药要慎重吗? /172
48. 肝病患者服用抗结核药物有何不良反应? /172
49. 联苯双酯有什么作用? /173
50. 单纯降酶是否有益? /173
51. 病毒性肝炎用保肝药要注意什么? /173
52. 购买干扰素要注意什么? /174
53. 使用干扰素时在剂量上要注意什么? /174
54. 干扰素有不良反应吗? /174
55. 什么是干扰素早期不良反应? /174
56. 什么是干扰素后期不良反应? /175
57. 如何应对造血系统改变? /175
58. 干扰素引起皮肤反应该怎么办? /175

59. 干扰素对身体系统有什么影响? /175
60. 过度治疗会弄巧成拙吗? /176
61. 病毒复制指标阴性时不需抗病毒吗? /176
62. 什么时候抗病毒效果最好? /176
63. 什么是乙肝纳米疫苗? /177
64. 什么因素造成了乙肝耐药? /177
65. 拉米夫定有什么作用? /177
66. 拉米夫定有什么不良反应? /177
67. 服用拉米夫定要注意什么? /178
68. 葡萄糖对肝病有什么作用? /178
69. 三磷酸腺苷有什么作用? /178
70. 辅酶 A 有什么作用? /178
71. 肌苷有什么作用? /179
72. 葡醛内酯有什么作用? /179
73. 二氯醋酸二异丙胺有什么作用? /179
74. 维丙胺有什么作用? /179
75. 复合磷酸酯酶片有什么作用? /180
76. 泰特有什么作用? /180
77. 右旋儿茶素有什么作用? /180
78. 烟酰胺有什么作用? /180
79. 阿卡明有什么作用? /181
80. 益肝灵有什么作用? /181
81. 细胞色素 C 有什么作用? /181
82. 葡醛内酯有什么作用? /181
83. 肝精有什么作用? /182
84. 容易引起药物性肝病的中药有哪些? /182
85. 如何避免中草药伤肝? /182
86. 乙肝耐药对患者有哪些危害? /182
87. 如何预防乙肝病毒耐药变异? /183
88. 降酶药物会掩盖肝病病情吗? /183
89. 使用降酶药物应注意什么? /183
90. 慢性肝病无需加用保肝药吗? /183
91. 无环鸟苷有什么作用? /184
92. 糖腺苷有什么作用? /184
93. 单磷酸阿糖腺苷有什么作用? /184
94. 聚肌胞有什么作用? /184
95. 目前的抗病毒治疗存在哪些问题? /185
96. 免疫调节药有什么作用? /185
97. 胸腺肽有什么作用? /185
98. 使用胸腺肽要注意什么? /185
99. 白细胞介素有什么作用? /186
100. 用甘草甜素要注意什么? /186
101. 齐墩果酸片有什么作用? /186
102. 肝病药物贮备要注意什么? /186
103. 如何存放肝病药物? /186
104. 如何防止药物污染和变质? /187
105. 肝病患者如何选择中成药? /187
106. 如何判断氨基转移酶升高的危害? /187
107. B 超在肝病检测中有什么优势? /187
108. 甘利欣有什么作用? /188
109. 门冬氨酸钾镁有什么作用? /188
110. 联苯双酯有什么作用? /188
111. 联苯双酯有什么特性? /188
112. 肝病患者过早用药为何效果不佳? /189
113. 乙肝患者为何不能随意增减药量? /189
114. 如何避免盲目联合用药? /189
115. 阿德福韦酯有什么作用? /189
116. 恩替卡韦有什么作用? /189
117. 替比夫定的疗效怎样? /190
118. 核苷类药物各有什么特性? /190
119. 哪些核苷类药物会相互交叉耐药? /190
120. 哪些人不能用干扰素? /190
121. 乙肝患者不宜自用处方药吗? /191
122. 多抗甲素片有什么作用? /191
123. 硫普罗宁可以治疗什么肝病? /191
124. 水飞蓟素可以治疗哪些肝病? /191
125. 肝病患者服中药要注意什么? /192

126. 什么检测可反映肝细胞损伤? /192
127. 什么检测可反映肝脏的分泌和排泄功能? /192
128. 哪些检测项可以反映肝脏的合成贮备功能? /193
129. 哪些检测项可以反映肝脏纤维化和肝硬化程度? /193
130. 有没有药能清除乙肝病毒? /193
131. 单味药茶可以治疗乙肝吗? /194
132. 乙肝患者如何停药? /194
133. 佩乐能是一种什么药? /194
134. 派罗欣有什么作用? /194
135. 佩乐能与派罗欣有何不同? /195
136. 服减肥药也易导致药物性肝炎吗? /195
137. 肝病患者如何安全用药? /196
138. 哪些药易引起药物性肝炎? /196
139. 药物性肝炎的治疗原则如何? /196
140. 为何用药要强调安全性? /197
141. 如何确保用药的有效性? /197
142. 治乙肝是否有“拐点”? /197
143. 出现“停药反跳”怎么办? /198
144. 乙肝患者能不能擅自停药? /198
145. 不要盲目使乙肝转阴吗? /198
146. 乙肝用药要一而终吗? /198
147. 产生耐药怎么办? /199
148. e 抗原阴性的患者抗病毒要注意什么? /199
149. 谨慎服药也是保肝吗? /199
150. 哪些药物会引起黄疸? /200
151. 哪些药物会引起慢性肝损伤? /200
152. 必须用损肝药时怎么办? /200
153. “小三阳”也可以不吃药吗? /200
154. 干扰素能治疗丙型肝炎吗? /201
155. 如何合理治疗肝癌? /201
156. 如何治疗肝囊肿? /201
157. 怎样合理应用中医药治疗肝病? /201

第 9 部分 预防保健篇

1. 中医认为该如何保肝呢? /204
2. 甲型肝炎患者的餐具如何消毒? /204
3. 哪些食物可以预防脂肪肝? /204
4. 病毒性肝炎怎么进行饮食预防? /204
5. 老年肝炎患者应怎样进行饮食调养? /205
6. 怎么样在饮食上预防甲肝? /205
7. 中草药怎么预防甲肝? /205
8. 哪些人不能打甲肝疫苗? /205
9. 虫草可以养肝吗? /206
10. 怎样预防戊肝? /206
11. 如何防治母乳性黄疸? /206
12. 肝硬变化患者缺少哪些维生素? /207
13. 维生素 C 对肝脏有什么好处? /207
14. 如何防止病毒性肝炎发展为肝硬化? /207
15. 如何预防肝性脑病? /208
16. 重症肝炎如何预防肝性脑病? /208
17. 如何护理肝性脑病患者? /208
18. 肝硬化患者呕血怎么办? /209
19. 出现肝昏迷应如何应急? /209
20. 如何预防脂肪肝? /209
21. 枸杞子是否可以预防脂肪肝? /209
22. 如何避免酒精伤肝? /210

23. 红枣可以护肝吗? /210
24. 维生素片可以护肝吗? /210
25. 如何预防丙肝? /210
26. 党参对肝病有什么好处? /211
27. 乙肝患者应如何自我保健? /211
28. 肝病患者家属要注意什么? /211
29. 乙肝患者如何保健? /212
30. 养肝时应如何供给热量? /212
31. 乙肝疫苗在体内是怎样抗病毒的? /212
32. 吃香菇可防乙肝吗? /212
33. 什么是精力汤? /212
34. 硒对肝炎有什么益处? /213
35. 生吃冬枣可保肝吗? /213
36. 护肝凉茶怎样才适宜? /213
37. 哪些凉茶可以防肝炎? /214
38. 吃萝卜有什么好处? /214
39. 泥鳅可以养肝护肝吗? /214
40. 春季养肝宜选什么药材? /215
41. 如何进行病毒性肝炎的饮食预防? /215
42. 乙肝病毒携带者也要时时预防吗? /215
43. 哪些食物可以抗乙肝? /215
44. 家有乙肝患者怎么办? /216
45. 蜂产品可以护肝吗? /216
46. 肝病患者可以吃西洋参吗? /216
47. 如何预防“肝火”? /217
48. 老年人不需要注射乙肝疫苗吗? /217
49. 哪些蔬菜对肝病有益? /217
50. 不必要的治疗可导致乙肝耐药吗? /218
51. 抗-HBs水平下降应复种吗? /218
52. 出现乙肝疫苗过敏怎么办? /219
53. 哪类人需及时接种疫苗? /219
54. 乙肝疫苗的有效期有多长? /219
55. 如何预防药物性肝炎? /220
56. 肝炎患者如何防止肝癌的发生? /220
57. 如何预防肝癌? /220
58. 糖类对肝病的治疗有什么作用? /221
59. 肝炎患者如何合理选用滋补品? /221
60. 茶对肝病患者有何保健作用? /221
61. 乙肝患者常服维生素C有益吗? /222
62. 患过甲肝的人后还会再患甲型肝炎吗? /222
63. 微量元素对肝病有何作用? /222
64. 解决营养失调才能护肝吗? /223
65. 木瓜可以护肝吗? /223
66. 原花青素可以防止肝脏受损吗? /223
67. 慢性肝炎患者为何要防感染? /224
68. 怎样灭活乙肝病毒? /224
69. 蜂乳可以提高肝病患者的免疫力吗? /224
70. 肝病患者通过什么迹象查看自己的免疫力? /225
71. 肝病患者提升免疫力要注意什么? /225
72. 哪些营养素能改善免疫力? /225
73. 日常生活中怎么增强对肝病的免疫力? /226

第10部分 科学食疗篇

1. 如何做佛手花汤? /228
2. 如何做红花护肝汤? /228
3. 如何做四花利湿汤? /228
4. 如何做桂花青蛙粥? /228
5. 如何做鳅鱼羹? /229
6. 怎么做芪苓粥? /229