

现代生活保健百科丛书

肝病



保健百科

畅洪昇◎编著

健康我做主，做自己的家庭医生

- ※ 了解肝病的基本知识，消除不必要的恐惧
- ※ 认知肝病的临床表现和诊断，防患于未然
- ※ 科学运用自然疗法远离肝病困扰
- ※ 160个养肝知识让您拥有健康的肝脏

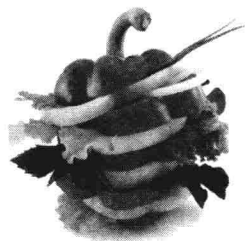


中国纺织出版社



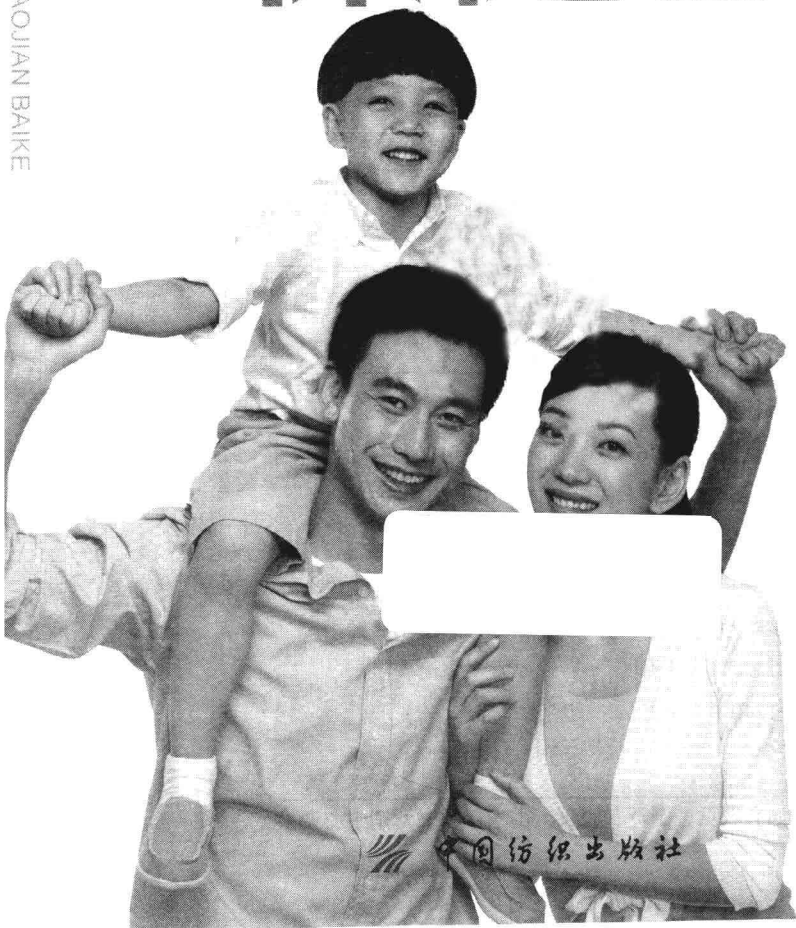
现代生活保健百科丛书

肝病



保健百科

畅洪昇◎编著



中国纺织出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

肝病保健百科 / 畅洪昇编著. —北京 : 中国纺织出版社, 2011. 2

(现代生活保健百科丛书)

ISBN 978-7-5064-7039-1

I. ①肝… II. ①畅… III. ①肝疾病—防治 IV.
①R575

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第231912号

策划编辑: 向 隼

责任编辑: 宋 蕊

装帧设计: 逸水翔天

责任印制: 刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京欣睿虹彩印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年2月第1版第1次印刷

开本: 880 × 1240 1/32 印张: 13.5

字数: 300千字 定价: 24.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换



目录

CONTENTS

第一章 肝脏的基本知识..... 1

- 一. 肝脏的解剖学知识 2
- 二. 肝脏的组织学特点 3
- 三. 肝脏的基本生理功能 4
- 四. 肝脏的再生功能 8
- 五. 中医学中肝脏的基本知识 9
- 六. 肝炎的概念 11
- 七. 病毒性肝炎的类型 11
- 八. 各种病毒性肝炎的特点 12
- 九. 肝炎的分布特征、一般传染途径与预防 15
- 十. 病毒性肝炎的发病机制 28

第二章 肝病的临床表现和诊断..... 31

- 一. 各种病毒性肝炎的病理变化和临床表现 32
- 二. 肝炎的早期发现 40
- 三. 肝功能检测项目的选择与评估 41
- 四. 各种病毒性肝炎的诊断标准 49
- 五. 肝癌的临床症状、体征及检查方法 63

目 录

第三章 肝病的常规治疗..... 65

- 一. 肝炎的治疗 66
- 二. 肝炎的自然疗法 78
- 三. 医学上重视食疗 85

第四章 肝病的食疗法..... 97

- 一. 肝病患者的食物疗法 98
- 二. 乙肝患者食疗 103
- 三. 急性肝炎患者的饮食 108



四.急性肝炎患者的食疗方	112
五.慢性肝炎患者的饮食	130
六.慢性肝炎患者的食疗方	131
七.中医保肝辨证食疗	157
八.肝硬化患者的饮食	158
九.肝硬化患者的食疗方	161
十.肝癌患者的饮食	169
十一.肝癌患者的食疗方	170
十二.肝硬化、肝癌患者的中医辨证施膳	173

第五章 肝病的针灸拔罐疗法 183

一.针灸法	184
二.肝炎的拔罐疗法	201

第六章 肝病的运动疗法 202

一.体育疗法	203
--------------	-----

二.健肝操	207
三.导引操	209
四.养肝保健操	210
五.太极拳内功养生法	210
六.八段锦	215
七.老年肝炎患者的体育疗法	218

目 录

第七章 肝病的心身疗法..... 221

一.急性肝炎患者的心理调节	222
二.肝硬化患者的心理状态	225
三.如何疏导肝病患者的心理障碍	226

第八章 肝病的疗法..... 229

一.肝炎治疗简介	230
二.肝炎治愈的标准	232
三.肝炎患者家属应注意的事项	233



四. 家中肝病患者出现紧急情况的简单处理方法及转送

常识 235

五. 肝炎患者在家休养注意事项 236

六. 肝病护理“三要” 238

第九章 肝病保健百问 241

一. 肝炎患者应注意慎用的西药有哪些 242

二. 中药也会伤肝吗 244

三. 肝炎患者常用的保肝药物有哪些 244

四. 肝炎患者要戒酒吗 246

五. 肝炎患者要戒烟吗 247

六. 肝炎患者宜吃发食吗 247

七. 肝炎患者宜吃生姜吗 248

八. 肝炎患者宜多吃葵花子吗 249

九. 肝炎患者宜多吃糖吗 249

十. 肝炎患者吃水果的注意事项有哪些 250

十一. 肝炎患者宜食葡萄吗 251

十二. 肝炎患者的休息重要吗 251

十三. 肝炎患者应怎样调整自己的情绪 252

十四. 肝病患者康复的新观念是什么 253

十五. 肝炎患者可多食含钾食品吗 257

十六. 肝炎患者宜食醋吗 257

十七. 肝炎患者能否饮茶 258

十八. 肝炎患者能否吃大蒜 259

十九. 肝炎患者食用味精对身体有害吗 260

二十. 肝炎患者如何科学饮用牛奶 261

二十一. 肝病患者宜吃松花蛋吗 262

二十二. 肝炎患者能否化妆 262

二十三. 排便习惯对肝炎患者有影响吗 262

二十四. 肝炎患者能剧烈运动吗 263

目 录



二十五. 肝炎对性生活有影响吗	265
二十六. 肝炎病妇不能怀孕吗	265
二十七. 肝炎患者能长时间看书、看电视吗	265
二十八. 常用消灭肝炎病毒的方法有哪些	266
二十九. 针灸减肥会染上肝炎吗	267
三十. 酒精对肝炎病毒消毒有效吗	267
三十一. 患甲型肝炎后人体有免疫力吗	267
三十二. 患肝炎的母亲能否给宝宝喂奶	268
三十三. 白蛋白是治疗肝炎的佳品吗	268
三十四. 维生素E能护肝吗	269
三十五. 大豆对肝有保护作用吗	269
三十六. 肝炎患者宜吃海鲜吗	271
三十七. 肝炎患者能吃西瓜吗	271
三十八. 肝病患者食用胎盘有益处吗	272
三十九. 肝病患者能食用人参、西洋参吗	272

四十.吃肝能补肝吗 272

四十一.增强免疫力的食物有哪些 273

四十二.肝炎患者如何合理选用滋补营养品 273

四十三.肝炎患者能食甲鱼吗 274

四十四.保健品中哪些适合肝炎患者 275

四十五.肝炎患者能随意进补吗 277

四十六.天热会加速乙肝等各类传染病的传染吗 277

四十七.夏季肝炎患者如何进行调养饮食 277

四十八.秋季如何谨防急慢性肝炎 278

四十九.中医秋季如何养肝 279

五十.冬季高发肝病与放纵饮食有关吗 281

五十一.肝病患者欢度春节需要注意哪些事项 281

五十二.对肝病饮食疗法的现代观念有哪些 286

五十三.妊娠期肝炎患者的饮食注意事项有哪些 286

五十四.有小儿肝病如何调护 287

目 录



五十五. 儿童肝炎患者的饮食调养原则有哪些	288
五十六. 老年肝炎患者的饮食要注意什么	289
五十七. 肝炎患者如何防治脂肪肝	290
五十八. 肝炎患者需要查血糖吗	294
五十九. 痔疮与肝病有关吗	296
六十. 支链氨基酸可以治疗肝昏迷吗	297
六十一. 肝炎患者为什么会腹胀	297
六十二. 肝炎患者出现黄疸症状时如何进行饮食调养	299
六十三. 肝病合并胆道感染如何进行饮食调养	300
六十四. 肝病合并肠道功能紊乱如何进行饮食调养 ...	301
六十五. 肝炎患者兼胃溃疡患者的饮食原则	302
六十六. 肝炎患者兼有糖尿病时怎样控制饮食	304
六十七. 肝炎合并肾病如何进行饮食调养	306
六十八. 肝炎合并冠心病患者的饮食原则是什么	308
六十九. 肝炎合并结核病时如何进行饮食调养	310

- 七十. 肝炎合并高血压如何进行饮食调养 311
- 七十一. 什么是肝源性溃疡 312
- 七十二. 什么是肝纤维化, 与肝硬化有什么区别 315
- 七十三. 肝病可以导致肝纤维化吗 315
- 七十四. 如何防止肝脏纤维化 316
- 七十五. 肝纤维化的治疗原则是什么 316
- 七十六. 怎样早期发现肝硬化 317
- 七十七. 肝硬化有没有传染性 319
- 七十八. 肝硬化是肝病的晚期吗 319
- 七十九. 肝硬化会不会影响男性性功能 321
- 八十. 肝硬化患者饮食能太咸吗 321
- 八十一. 男人如何避免伤肝 322
- 八十二. 如何护肝 323
- 八十三. 肝硬化需要补充哪些维生素 324
- 八十四. 如何治疗肝硬化并发消化道出血 325



八十五.肝癌和肝炎的关系是什么	327
八十六.肝炎患者怎样预防肝癌	328
八十七.如何早期发现肝癌	330
八十八.音乐对肝癌有治疗作用吗	330
八十九.肝病治疗能速效吗	331
九十.慢性肝炎为什么久治不愈	332
九十一.肝移植可以治疗晚期肝病吗	333
九十二.人工肝适合哪些肝病患者	334
九十三.黄疸型肝炎会不会传染	335
九十四.是否所有的病毒性肝炎都适合抗病毒治疗 ...	335
九十五.丙肝球蛋白能预防丙肝吗	336
九十六.如何认识无症状丙肝	337
九十七.甲型肝炎的并发症有哪些	338
九十八.甲型病毒性肝炎的治疗原则是什么	338
九十九.甲肝病毒与过敏有关吗	339

一百.肝病恶化的前兆是什么 340

一百零一.转氨酶升高对肝炎诊断的意义是什么 341

一百零二.急性重型肝炎患者血清甲胎球蛋白测定的
意义是什么 342

一百零三.肝炎患者作肝穿的价值是什么 342

一百零四.感染乙肝也能长寿吗 343

一百零五.乙肝患者的有效治疗方案有哪些 345

一百零六.乙型肝炎的抗病毒治疗有哪些 347

一百零七.抗乙肝病毒的药物有哪些,如何选择 348

一百零八.乙肝治疗的错误观点有哪些 349

一百零九.乙肝药物的疗效判断是什么 350

一百一十.什么是无症状乙肝病毒携带者 352

一百一十一.乙肝病毒携带者应该怎么做 353

一百一十二.乙肝病毒携带者应该定期检查什么 354

一百一十三.乙肝病毒携带者夏季如何保养 355

目 录



一百一十四. 乙肝病毒携带者如何面对婚育	357
一百一十五. 为什么要检查肝功生化	358
一百一十六. 肝功能发生波动前有什么迹象吗	358
一百一十七. 为什么感染肝炎病毒后会有急性、慢性和 无症状等多种临床表现	359
一百一十八. 乙肝如何早期自我诊断	361
一百一十九. 乙肝病毒感染的窗口期有多长	362
一百二十. 何谓大三阳、小三阳	362
一百二十一. 大三阳、小三阳的发展与病情有什么关系	363
一百二十二. 乙型肝炎五项检查——即“两对半”的临 床意义是什么	365
一百二十三. 乙肝患者如何用药	367
一百二十四. 乙肝患者可出现哪些胃病	368
一百二十五. 乙肝患者的日常禁忌有哪些	369
一百二十六. 无症状乙肝病毒携带者能喝酒吗	371

一百二十七.乙型肝炎患者能熬夜吗	372
一百二十八.乙肝患者如何面对生育	373
一百二十九.乙肝病毒会使婴儿致畸吗	377
一百三十.乙型肝炎会遗传吗	377
一百三十一.如何判断新生儿是否感染乙肝病毒	378
一百三十二.怎样阻断乙肝的母婴传播	378
一百三十三.怎样阻断乙肝的父婴传播途径	380
一百三十四.春季乙肝患者的保健要注意什么	381
一百三十五.慢性乙型肝炎的防治要点是什么	381
一百三十六.中医治疗乙肝有效吗	381
一百三十七.如何认识乙肝疫苗	383
一百三十八.如何使用乙肝免疫球蛋白	389
一百三十九.小三阳能忽视吗	390
一百四十.乙肝治疗药物可以联合应用吗	391
一百四十一.乙型肝炎患者如何根据舌苔自检	392