

漫话疾病系列丛书

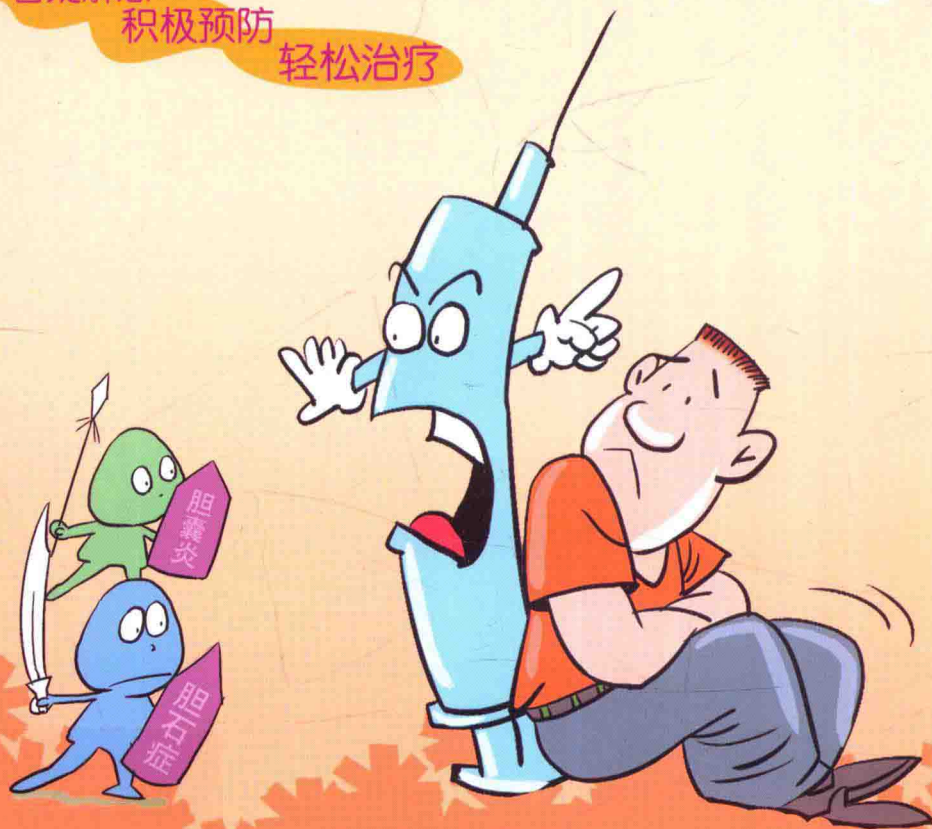
编著 杭化莲 储建 吴宁

漫话胆囊炎与胆石症

答疑解惑

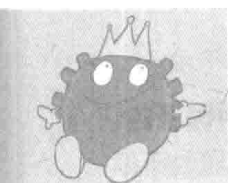
积极预防

轻松治疗



中国医药科技出版社

漫话疾病系列丛书



漫话胆囊炎与胆石症

编著 杭化莲 储建 吴宁

插图 王金鑫

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书用轻松的语言、幽默的比喻、真实的故事,介绍患者需要、家属关心的胆囊炎和胆石症知识。共7篇,主要有引导篇、血糖和胰岛素篇、疾病篇、治疗篇、预防篇、并发症篇、社会篇,是胆囊炎和胆石症患者及其家属必不可少的科普读物。

图书在版编目(CIP)数据

漫话胆囊炎与胆石症/杭化莲,储建,吴宁主编. —北京:中国医药科技出版社,2015.1

(漫话疾病系列丛书)

ISBN 978-7-5067-7214-3

I. ①漫… II. 杭… III. ①胆囊炎—防治 ②胆道疾病—结石(病理)—防治 IV. ①R575.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第285282号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行:010-62227427 邮购:010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 958×650mm¹/₁₆

印张 9³/₄

字数 117千字

版次 2015年1月第1版

印次 2015年1月第1次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7214-3

定价 25.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

由于习惯所形成的偏见，以及一些媒体有意无意地带有误导性的宣传，人们对疾病的认识走入了更深的误区。对于某些疾病，由于认识不足而采取不合理的治疗方法，不但延误了最佳治疗时机，对患者健康不利，还加重了患者及其家庭的经济负担。疾病还会引起很多社会问题，比如患者受到歧视，对他们的升学、就业、人际交往等造成了严重影响。为了消除歧视和偏见，帮助大众正确认识疾病，乐观地对待疾病、治疗疾病，我们特组织编写了这套丛书。丛书作者均为从事临床工作多年的专家，不仅有丰富的诊疗经验，更有超强的责任心。

本丛书具有下述特点。

1. 按病种分类，主要包括大众疑问较多的常见病，知识性和实用性强。
2. 作者从患者的角度著书，解决了患者最关心的问题。不仅以杂文的形式介绍了相关疾病的病因、临床表现、预防、治疗等方面的知识，更精心对疾病给患者带来的心理困扰给予疏导，同时关注和分析了相关疾病引起的社会问题。

3. 采用科普的语言，轻松、幽默，故事生动，通俗易懂。

4. 书中配有与内容呼应、寓意深刻的卡通图，增加了阅读的趣味性。

本丛书共 15 个分册，分别为：漫话肝炎、漫话艾滋病、漫话结核病、漫话糖尿病、漫话高血压、漫话冠心病、漫话白癜风、漫话腰椎间盘突出、漫话痛风、漫话前列腺疾病、漫话胆囊炎与胆石症、漫话不孕不育、漫话类风湿关节炎、漫话抑郁症、漫话睡眠障碍。

阅读本丛书后，患者和家属若能正确面对疾病、积极治疗疾病、乐观地生活，大众若能对一些疾病消除误解，更宽容地对待身边的患者，那么，我们编写本丛书的初衷便实现了。

亲爱的朋友，你可听说过胆囊炎或胆石症？在您身边是否有人正在或者曾经遭受这一病痛的困扰？

你是否了解胆囊炎或胆石症？又能否区别胆囊炎和胆结石？是否想知道胆囊炎和胆结石有何关联：到底是谁引起了谁？它俩又有什么样的区别？

你是否想了解它们的起因：为什么别人都好好的，就我遭这罪？是否想知道它的发病过程：同样患病，为什么有人疼得生不如死，而又有人仅仅食欲不好，面色发黄？是否想知道它的危害：会不会复发，会不会留下后遗症，会不会引起其他疾病？是否想知道能否治愈，以及如何正确治疗？

最后，其实您最想知道的大概就是如何去预防胆囊炎和胆结石，什么样的饮食及什么样的作息才能更好地预防疾病的发生。同样，一旦不幸遭遇这一病痛，什么样的作息饮食能够更好地调理，相信也是各位读者更为关心的内容。

《漫话胆囊炎与胆石症》会将你的疑问通过最诙谐幽默的语言，最生动形象的漫画一一解答。在这里，你不仅能够清楚地认识胆囊炎和胆石症的历史渊源、成因进展，更能够清楚地了解胆石症应如何预防。我们将会通过一个个生动的实例，让你能够在轻松愉快的阅读过程中更加行之有效地认识疾病，从而能够为你在日常生活中更好地预防疾病提供更好的理论依据。

本书将枯燥的医学知识通过诙谐易懂的语言、生动幽默的插图来一一讲述，让读者在轻松的闲暇感受科学，收获健康。

编者

2014年10月

◆ 引导篇 / 001

一、胆石症说：“其实你们不懂我”	002
二、肝胆胰胃肠是一家，条条管道连通你我他	004
三、胆汁在缓缓流动，胆石在蠢蠢欲动	009
四、流水不腐，户枢不蠹；他山之石，可以堵路	010
五、两个中心，肝胆相照	011
六、结石两兄弟，成因不同，本性一致	017
七、炎症表亲，相互成因，目的一致	019

◆ 疾病篇 / 023

一、胆固醇的悄然入侵	024
二、结石与感染相依相生	029
三、我有结石我不疼	032
四、我疼且我黄	034
五、发黄不一定是肝炎	036
六、结石有没有，彩（B）超、CT、磁共振好帮手	038

◆ 病因篇 / 043

一、吃与不吃均可得结石	044
二、减与不减均可得结石	047
三、胆石症中的F4	050
四、胆囊炎也有F4	052
五、老年朋友们注意了	054

◆ 治疗篇 / 059

一、弱弱地问：“只吃药不开刀行吗”	060
二、胆囊疾病也会导致胰腺炎	064
三、苦苦地求：“疼得要命，快给我开刀吧”	067
四、大夫，我不想切掉胆囊	071
五、大夫，我不想切那么大口子	077
六、大夫，为什么我身上得带根管子	084
七、为什么要做手术	091
八、术前准备	093
九、术后护理	097
十、饮食护理和出院指导	100
十一、心理护理很重要	105
十二、我的肚子还会疼吗？结石还会复发吗	109
十三、中医学对胆石症的治疗	111
十四、胆石症治疗新进展	122
十五、我有结石我不疼，是否还需要手术	125

◆ 社会篇 / 131

一、浅谈中国的餐桌文化	132
二、我饮食清淡怎么患上胆石症了呢	134
三、为什么我是素食主义者也容易患胆石症	138
四、周围好多人得了结石，我吃什么可预防	139
五、情绪管理，精神胜利法	142

■ 引导篇 ■



一、胆石症说：“其实你们不懂我”

从猿到人，只几个石头磨过！历史的车轮不断向前碾进，人类的物质文明和精神文明都在进步，解决了温饱问题，健康问题接踵而至。

如果你是一个学生，父母为了保证你充足的营养，每天为你做大鱼大肉，让你吃得很满足；如果你是一个上班族，每天为了多睡一会儿，不吃早饭就匆匆地赶着上班；如果你是一个白领，把巨大的工作压力化为强大的食欲，下班后好吃好喝；如果你是一位老板，忙得都没有档期，每天需要应酬；如果你是一位老人，在坐享清福的岁月里，无所顾忌地吃喝……

那么，请您耐心地把这本书看下去，绝对会让您有所收获！

也许胆石症这个名字对于我们来说似乎还很陌生，但是如果提到胆结石大家就会熟悉起来，但胆石症和胆结石是不是一回事呢？

当然不是一回事！

胆结石是一个单独的病名，但是胆石症就不一样了，它是组团来的，团里面有三个成员。这三个成员并不是平起平坐的，我们姑且按照发病率来给它们排个先后吧。

老大便是我们熟识的胆结石，全名胆囊结石。它在三兄弟当中发病率最高，多少人饱受它的折磨而痛苦不已；老二叫肝外胆管结石，害人也不浅；老三叫肝内胆管结石，听这个名字就很阴险，使坏也明着来呀，它偏偏躲在肝脏里使坏，罪大恶极！

别急，各位读者，有气也先忍着，本书还有一个重要成员还没登场呢，那就是——胆囊炎。

胆囊炎大家应该更熟悉了，它可是和胆囊结石一丘之貉。

此刻，本书的主角已悉数到场，欲知它们的究竟，请允许我慢

慢道来……

1. 胆石症的真面目

医学上，胆石症是指胆道系统，包括胆囊和胆管内，发生结石的疾病，一般可分为：胆囊结石、肝外胆管结石和肝内胆管结石。胆结石是指胆囊结石，由此，我们可以推断出胆结石只是胆石症中的一种。

顾名思义，肝内胆管结石就是肝内的胆管长了石头，肝外胆管结石就是指肝外胆管不包括胆囊管长了结石。大家会觉得有点玄乎，这个管那个管的，请您不用急，等您看了后面几个管道的联通之后您的困惑就迎刃而解了。

再说胆囊炎，胆囊炎可以分为急性胆囊炎和慢性胆囊炎。急性胆囊炎起病多与饱食、吃油腻食物、劳累及精神因素等有关，常突然发病，一开始就出现右上腹绞痛，呈阵发性加剧，并向右肩或胸背部放射，伴有恶心及呕吐。在发病早期可以没有发冷及发热，当胆囊有化脓感染时，则可出现寒战及发热。有些患者还可以出现双眼巩膜黄染。当炎症波及胆囊周围时，病情日益严重，腹痛加重，范围也比原来扩大。这时右上腹部不能触碰，稍加用力按压更感疼痛难忍。

急性胆囊炎主要病因是胆囊管梗阻和致病菌的入侵。胆囊管梗阻造成胆汁排出不畅时，胆囊的内环境有利于细菌的繁殖和增长，梗阻 80% 是由胆囊结石引起的。

而慢性胆囊炎系胆囊的慢性病变，大多数合并胆囊结石，少数为非胆石性慢性胆囊炎。本病大多为慢性起病，也可由急性胆囊炎反复发作而来，临床上可无特殊症状，好多患者是因为体检才发现的。

中国是一个胆石症多发的国家。改革春风吹大地，吹升了 GDP，生活水平日益提高，胆石症的发病率也有增高的趋势，而且结石的类型也在悄然发生着改变。

2. 这个门派与人类渊源已久

胆石症这个门派在过去的几十年中招兵买马，在当今社会日益壮大，但是门派的崛起也是一部成长史，当我们开始重视它的时候，蓦然发现，其实它一直在我们左右……

中医学博大精深，其中很早便有关于胆道疾病的临床描述：除胆囊里可发生胆结石外，凡是胆道系统胆汁流经的地方，都可发生结石，如胆道的肝外和肝内部分。肝内部分包括左、右肝管和密布于肝叶内的肝胆管分支；肝外部分包括肝总管、胆囊、胆囊颈管、胆总管、壶腹部。结石可以就地产生，也可以来自上面的胆道随胆汁流下来。

惊叹我们的先辈研究之深的同时，也感慨胆石症发展之快……

胆道结石病可能与人类的历史一样古老，在埃及的木乃伊（公元前 1085~前 945 年）中便发现有胆囊结石。不过，从其发生率来看并不是那样的常见。公元前 4 世纪之前，便已有关于胆石症的临床描述。我国的马王堆西汉古墓中的女尸，经过尸体解剖，发现胆囊内含有胆固醇结石及胆色素结石。

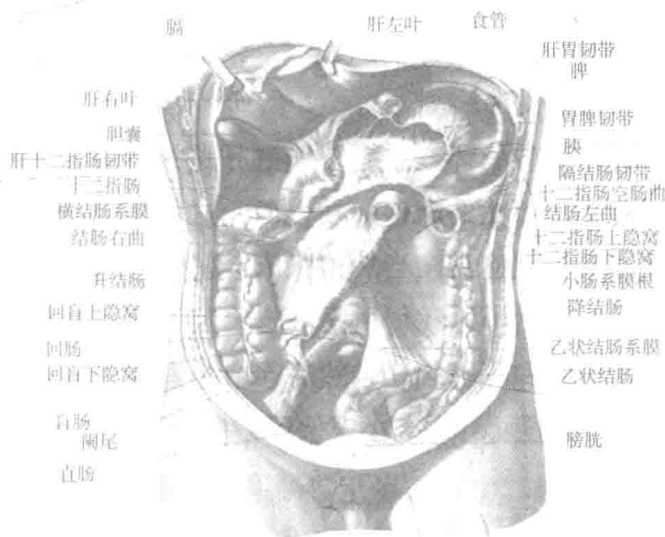
由此可见，胆石症的萌生之早的确令人发指，它的悄然崛起和人类生活方式是有密切关系的。随着时间的推移，文明的进步，胆石症还是不可小觑的。以铜为镜可以正衣冠，以史为镜可以知兴替，以人为镜可以明得失，在此，我们要以史为鉴，来明得失！

二、肝胆胰胃肠是一家，条条管道连通你我他

1. 全家福里来找茬（腹部脏器图）

这是一张咱们消化系统的全家福，每个人的脸上洋溢着可爱的笑容，我们来逐一了解下照片里面的人吧。

位于后排左上角的是肝脏，红褐色的，光滑亮丽的面庞，慈祥而温和，它是我们人体的化学加工厂，为我们的消化解毒恪尽职守。



腹部脏器图（前面观）

正常情况下，我们成人在摸自己肚子的时候是摸不到它的，它被右侧的肋骨挡住了，如果摸到了肝脏，那就表明肝脏偏大了，需要检查了。

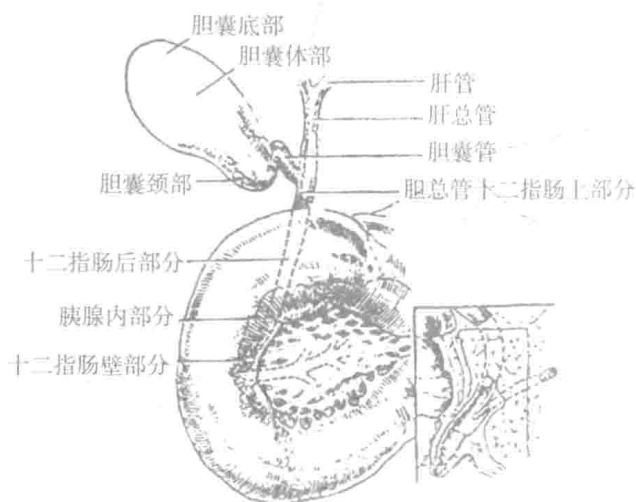
后排左上角是胃，海纳百川，有容乃大，它像一个大袋子一样储存和初步消化我们摄入的食物，平常我们吃饱了觉得肚子鼓起来，那就是我们的胃在不辞辛苦地储存食物。每个人的胃的形状不尽相同，有的人的胃长得像牛角一样，叫作角型胃；有的像一个钩子，叫作钩型胃；有的像一缕瀑布，叫作瀑布型胃；有的像一件长裙，叫作长型胃。一般都坐落在肚子里的上半部。

胃的上端连接的是食道，下端为幽门，幽门下面连接的管道就是十二指肠，不过照片里的十二指肠只露了个脸，欲抱琵琶半遮面，似乎不想让我们知道它是不是就是十二个指头那么长。其实害羞的还不止十二指肠，胰腺也羞得躲起来了，只露出胰腺的头部被十二指肠抱着，然后身体和尾巴顺延下去，藏在了胃的后面。说到这里了，大家不禁要问：我们最想认识的胆囊在哪里呀？

2. 千呼万唤始出来，掀起它的盖头来

大家稍安勿躁，胆囊像个小宝宝一样躺在床上睡觉呢，让我们轻轻地掀起它的盖头来！

解开肝脏那温暖的怀抱，缓缓地把肝脏的下端向上翻起，我们欣然发现有个小葫芦状的家伙躺在上面，这就是胆囊。肝脏留给胆囊睡觉的地方叫作胆囊窝，当然这张床会随着人的活动而变成一张摇床，但是胆囊依然可以睡得风平浪静，因为小葫芦的口部有一些像吊带的东西把它和肝脏相连。然后这个小家伙外面还有像被子一样的腹膜盖着，温暖而舒适，小家伙可会享受了！



下面让我们来看看这个小葫芦娃到底长什么样子：它可以分为四部分，它的圆圆的小屁股我们称为胆囊底，口部比较狭小称为胆囊颈，中间为胆囊体，胆囊颈延伸出一个天线一样的管子即为胆囊管。

大家认为胆囊长得很可爱吧，有歌为证：

墨绿色的娃娃，滑溜溜的底；

圆鼓鼓的肚子，藏在被子里；

细长长的脖子，肝脏连自己；

静悄悄地沉睡，只为保护你。

不惊扰小葫芦娃了，让它继续睡觉吧！

3. 条条管道通小肠

全家福里面我们找到了肝脏、胃、十二指肠、胰腺还有胆囊，其实它们都是连在一起的，是相亲相爱的一家人。它们通力合作，各司其职，为人体吸收营养。人体就是由许多管道构成的，比如动脉、静脉、毛细血管等等，它们一家也不例外。

胃的上端连接食管，胃本身就像一个交换接头，使从口腔到小肠的食物有一个缓冲，初步消化后，下端连接十二指肠，这是小肠接收原料的管道，沿着十二指肠往下看，在十二指肠的内壁上有一个小的开口，叫作十二指肠大乳头。这个开口又是从哪里延续过来的呢？这个难题就由我们刨根问底栏目组来进行采访。

4. 采访进行中，非诚勿扰

我们栏目组潜行到身体里，在十二指肠大乳头那里看到了汨汨流出的一些胆汁，我们立刻赶步上前，问道：

“胆汁先生，你好，看到你风尘仆仆，你这是往哪儿去啊？”

“往小肠里走啊，还有一段路呢，下面路好走，就不急了。”

“那上面过来的路不好走吗？”

“不好走哟，这样吧，带你们看看就知道了！”

于是，我们逆流而上，才走不多远就看到一扇门，时开时闭。看着我们诧异的眼神，胆汁介绍说：“这个像闸门一样的就是医学上讲的肝胰壶腹括约肌，它看守可严了，平时都是关着的，只有它接到胆囊排除胆汁的指示才开门的。”

我们趁着门打开的间隙过来了，回首仰望，感慨人体真是很精密，层层把关啊！

过了门就看到一个岔路口，两个路口各一扇小门，我们异口同声地问道：“这里怎么又有两个门？”

“左边这扇门是胆总管括约肌，往前是通往胆总管的，右边这扇门是胰管括约肌，是通往胰腺的。胆汁和胰液在这个岔路口汇合后

进入小肠。”

由于胆汁先生对于胰管这条路不熟悉，于是我们拾阶左上，一路平坦。胆汁说：“我们现在行走在胆总管里，胆总管长4~8厘米，直径0.6~0.8厘米，这条路里可不太太平啊，经常会有堵塞的！”

走着走着，眼前又赫然出现一个岔路口，我们栏目组的人都有点晕乎了，疑惑顿由心生，胆汁笑得灿若桃花地跟我们解释道：“大家不要迷茫，肝胆系统这里就是这样，岔路口多，下面还会有的，咱们眼前这两条路一条通往胆囊，一条通往肝脏……”

话音未定，我们栏目组的人就欢呼雀跃起来，胆汁一脸茫然。

“终于要看到胆囊了，目前胆囊炎胆囊结石的患者实在太多了，我们今天到底要看看这里为什么会老出毛病！”

我们争先恐后地要看胆囊个究竟，胆汁笑而不语，沿着一个充满皱襞的路前进，没多远就豁然开朗，我们看到一个很大的屋子，但是墙壁并不光滑，像蜂窝一般，屋子里有胆汁。

“胆囊原来就是这样的啊，没见得有什么暗藏玄机的东西嘛，胆汁就这样从这里生产出来的？”

“对啊，胆囊就是这样的，跟光滑的外表比，里面看似更粗糙一些，不过粗糙是为了更好地控制胆汁的进出。另外，胆汁不是胆囊产生的啊，我们胆汁只是把这里作为中转站，我们的发源地还有好远呢，跟我走！”

大家仍有些恋恋不舍地回望着胆囊，随着胆汁走上另外一条路去，徜徉在肝总管里面，很期待看到前面会是怎样。

没多远又看到了一个岔路口，我们不禁问：“这两条路都是通往肝脏的吧？”

“对了，这就是肝左右管，在这里就有个楚汉分界了，在这左右肝管分叉以上的就属于肝内胆管了，分叉以下是肝外胆管了。另外你想知道胆汁的来源就继续选择一条路走吧！”

我们选择了肝右管继续前进，发现路越来越窄，分叉越来越多，已经走不下去了。胆汁告诉我们：

“肝左右管以上是小叶间胆管，小叶间胆管再分叉就是赫令管，然后再分叉为毛细胆管，胆汁就是由肝细胞产生然后一层一层积小流而成江海的！”

“原来胆管这边这么奇妙！经过胆汁先生的介绍，胆管系统的轮廓渐渐清晰起来。谢谢你，胆汁先生！”

三、胆汁在缓缓流动，胆石在蠢蠢欲动

1. 积小流而成江海

胆汁是在肝脏的肝细胞和胆小管上皮分泌出来的，经过毛细胆管，小叶间胆管等进入到我们上面采访过的左右肝管，再进入肝总管，胆总管内缓缓流动的胆汁到达我们之前讲的第二个岔路口时，就三思而后行了，当我们还没吃饭时，大部分胆汁会选择进入胆囊驻扎休息，小部分走另外一条路进入十二指肠。进入胆囊的那一部分胆汁看似可以高枕无忧了，其实不是的，胆囊就那么点空间，肝脏又不停地输送胆汁过来，房子小，房价也很贵的，哪呆得下啊！这时候咱们胆囊的威力就开始显现出来了。我们之前提到的胆囊内的蜂窝状的墙壁就是胆囊黏膜，胆囊黏膜有很强的浓缩功能，就像一个抽水泵一样，把胆汁里的水吸收了，浓缩出来的就是精华，是精华才厚实，里面的固体的含量可以是肝脏刚产出胆汁的 10~20 倍。大家不禁要问，如此稠厚的胆汁怎么流动啊？

且待我慢慢叙来，现在我们就来看看胆石是如何蠢蠢欲动的！

2. 不动则郁，郁积而石

刚才我们说到肝脏把胆汁源源不断地分流到胆囊里，胆囊并没有表示压力很大，它马不停蹄地进行浓缩储存，但胆囊这个小社会里就会有这样一个现象，先进入胆囊的一部分胆汁先浓缩储存起来后，后进来的胆汁再浓缩，最后达到共同稠厚。就仿佛显示社会中的一部分先富起来，最后达到共同富裕，但我们需要避免的就是两极分化，胆囊里也存在这样的矛盾，胆囊的不同部位的胆汁浓度不

同，这种不同黏稠度和胆固醇饱和度的胆汁在胆囊内有分层的现象，可能使其中某部分胆汁中的溶质呈过度饱和而沉淀析出，成为结石形成的核心。这种现象就为以后结石的形成埋下了隐患。这种隐患是避免不了的，每个人都有，但是魔高一尺道高一丈，我们的胆囊会扩张，收缩，从而使得胆汁很难在胆囊里沉积太久，起到了防微杜渐的作用，就算是上面讲到的如此稠厚的胆汁也是可以被强大的胆囊排空的。然而，当我们胆囊功能下降的时候，它的工作效率就会大大降低，陈旧性的胆汁就不能排空，反而日积月累，核心逐渐变大成为结石。

这使我们想起了生活中一个显而易见的例子：当水池中的水在漏口处就算被一个小的杂物挡住，杂物上会依附更小的杂物，从而堵住水池。

当然蠢蠢欲动的不只是胆囊里的结石，我们这本书的主角有肝内胆管结石和肝外胆管结石，胆汁在这些管道里又不会浓缩的，怎么这些地方也会发生结石呢？

我们还是从水池的这个例子考虑，假设我们从漏口漏的不是水，而是很黏的液体，然后这些液体里面还有掉进去的一些杂质，漏口会不会堵呢？

当然这个例子不能完全说明肝内外胆管结石的成因，我们也一直致力于这里的研究，肠道的细菌上行感染可以说是重要的因素。大肠里的菌群乱跑，移行在胆管里，刺激肝内外胆管，产生炎症反应，就会有炎性渗出，渗出又会使管道有狭窄，加重胆汁稠厚流通不畅，这时肝内外胆管里的结石就应运而生了。

一切的发生都是在不经意间，一切的不经意又都是注定，胆汁和胆石就是一对欢喜冤家，胆汁缓下脚步，便孕育了胆石。

四、流水不腐，户枢不蠹；他山之石，可以堵路

流动的水不会腐臭，常常转动的门轴不会被虫蛀蚀，这个道理