



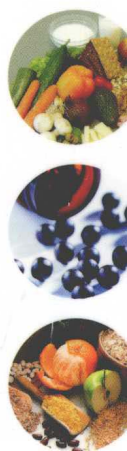
倾情奉献
西安交大医学出版



「合理用药与调养」

肝炎

Hepatitis



主编 喻凤兰 孙学东

- ◎ 肝区疼痛就一定是肝炎吗
- ◎ 为什么要对肝炎倍加警惕
- ◎ 你知道自己容易感染哪一型肝炎吗
- ◎ 什么是大三阳和小三阳
- ◎ 肝炎患者也会出血吗
- ◎ 乙型肝炎的预防性用药（免疫）很重要
- ◎ 慢性乙型肝炎治疗到什么程度才算好
- ◎ 如何防止肝炎的反复发作



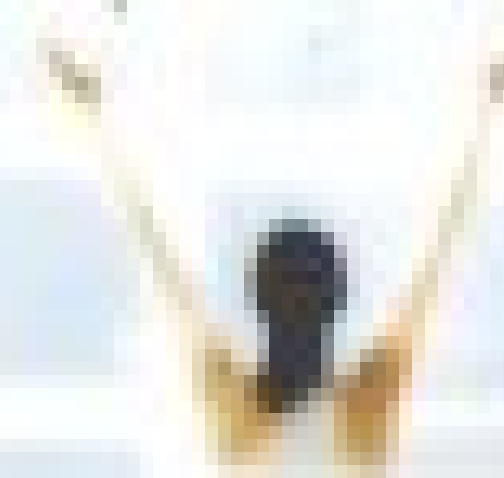
西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS



—— 饮食疗法 ——

肝炎

—— 饮食疗法 ——



中国医药出版社

中国医药出版社



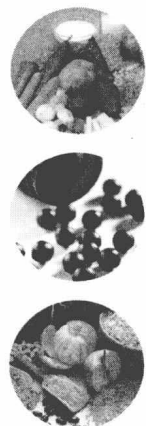
医学专家答疑解惑丛书

情献
倾奉
西安交大医学出版

肝炎

「合理用药与调养」

- ◎ 肝区疼痛就一定是肝炎吗
- ◎ 为什么要对肝炎倍加警惕
- ◎ 你知道自己容易感染哪一型肝炎吗
- ◎ 什么是大三阳和小三阳
- ◎ 肝炎患者也会出血吗
- ◎ 乙型肝炎的预防性用药（免疫）很重要
- ◎ 慢性乙型肝炎治疗到什么程度才算好
- ◎ 如何防止肝炎的反复发作



主编 喻凤兰 孙学东
参编 孙宏春 张锋 孙玉琴

Hepatitis



西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

内容简介

病毒性肝炎是我国的多发病与常见病,主要受损器官是肝脏,但严重者对全身各器官都产生不同程度的损害与影响,涉及到脑、肺、肾等重要器官及系统的功能。本书从肝炎的病因、病机、诊断、治疗、预防等方面进行了深入浅出的介绍。

图书在版编目(CIP)数据

肝炎合理用药与调养/喻凤兰 孙学东主编。—西安:西安交通大学出版社,2010.6
(医学专家答疑解惑丛书)
ISBN 978-7-5605-3586-9

I. ①肝… II. ①喻… ②孙… III. ①肝炎—用药法 ②肝炎—防治 IV. ①R575.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 104807 号

书 名	肝炎合理用药与调养
主 编	喻凤兰 孙学东
责任编辑	吴 杰 李函峰

出版发行	西安交通大学出版社 (西安市兴庆南路10号 邮政编码710049)
网 址	http://www.xjtupress.com
电 话	(029) 82668357 82667874 (029) 82668315 82669096 (总编办)
传 真	(029) 82668280
印 刷	陕西元盛印务有限公司

开 本	727mm×960mm 1/16	印张	11.5	字数	160千字
版次/印次	2010年6月第1版		2010年6月第1次印刷		
书 号	ISBN 978-7-5605-3586-9/R·131				
定 价	24.00元				

读者购书、书店添货、如发现印装质量问题,请与本社发行中心联系、调换。

订购热线: (029) 82665248 (029) 82665249

投稿热线: (029) 82665546

读者信箱: xjtumpress@163.com

版权所有 侵权必究



病毒性肝炎是一种世界性的传染病，全世界有3亿多人受到乙型肝炎的威胁。我国是病毒性肝炎的高感染区，仅乙型肝炎病毒感染者就占总人口的10%左右，即1.3亿之多。由乙型肝炎病毒引起的慢性乙型肝炎及肝硬化者已达3 000多万人，而且每年新增肝炎患者约200万；每年因肝硬化、肝癌导致死亡的人数超过30万。由于至今还没有对病毒性肝炎的根治性治疗方法，故认为病毒性肝炎是当今世界医学中的重大难题之一。因此，对肝炎病毒感染要引起高度的重视与警惕。

肝炎的病原体复杂，仅目前已知可引起病毒性肝炎的病毒就有近10种之多，如甲型、乙型、丙型、丁型、戊型、庚型、输血型病毒、GB病毒、EB病毒、巨细胞病毒等。而且每种病毒还在不断地变异，从而为人类的防治工作带来较大的困难。

肝炎对人体健康的危害极大，因为肝脏是人体最大的“化工厂”与各器官系统的“调节器”，而肝炎病毒的危害性就在于它们的“嗜肝性”，也就是说，肝炎病毒选择性进攻肝脏、损害肝脏结构及功能，导致机体严重病变。本书从预防病毒感染方面提出了切实可行的措施与方法。对于肝炎患者的治疗，从中医、西医及中西医结合的治疗途径提出了最佳组合的治疗方案。

对肝炎的预防永远是第一位的，尤其是准备怀孕者、已经怀孕者、即将临产者、产褥期妇女，针对如何自我保护，如何保护好胎儿、新生儿、婴幼儿等，本书提出了具体的切实可行的措施与方法，只要认真执行，就有可能阻断母婴传播。

两千多年前，我国古代医学家就指出：“正气存内，邪不可干，邪之所凑，其气必虚。”意思是只要人的自身免疫功能健全、抵抗力强，就不会轻易染上疾病，即使染上了某种疾病也会很快清除，恢复健康。因此，本书的重点是：积极预防、合理治疗、科学调养，“三管齐下”来征服严重危害人类健康的杀手——病毒性肝炎。

早在2006年，我国卫生部就制定了《2006—2010年全国乙型病毒性肝炎防治规划》，全国各地都采取了相应的措施。大力加强肝病防治的健康教育，提高人们对病毒性肝炎的认识，是一件意义重大的工作。本书比较系统地介绍了：对肝炎患者如何进行生活起居方面的调养；配合医生治疗的精心护理；科学饮食与营养的重要性；心理精神对战胜疾病的重要性；适当适量运动的益处等方面，值得参考与借鉴，对于肝炎患者的治疗与康复都会产生积极的效果。

我们的祖先早在两千多年前就指出：“不治已病治未病”。这个指导思想对病毒性肝炎来说是再好不过的金玉良言，本书把预防疾病放在首要位置，是贯彻医学先贤至理名言的充分体现。

本书深入浅出，通俗易懂，是肝炎患者及其家人防治肝炎的良师益友；也是广大易感人群的案头读物，会为您的健康保驾护航！

由于编者的水平有限，难免有不足，殷切期望同行和广大读者给予指正。

作 者

2009年冬



第一部分 肝炎病情面面观

一、肝脏的结构与功能

- 002/肝脏是一个什么样的器官
- 004/为什么说肝脏是人体最大的“化工厂”
- 005/为什么说肝脏是全身器官功能的调节中心
- 007/肝脏在人体怎样发挥解毒作用

二、引起肝炎的病原体和人群的感染

- 008/什么是肝炎病毒，有多少种
- 009/各型肝炎病毒有何特点
- 011/除病毒以外还有什么病原体能引起肝炎
- 011/各型肝炎病毒是如何传播的
- 013/什么是肝炎病毒的混合感染
- 013/什么是肝炎病毒的重复感染、重叠感染
- 014/什么是肝炎病毒母婴传播，哪些肝炎病毒可经母婴传播
- 014/什么是肝炎病毒的医源性传播
- 015/什么是肝炎病毒携带者
- 016/各型肝炎病毒的易感人群有哪些

三、肝炎的临床表现与特点

- 018/什么是病毒性肝炎的潜伏期
- 019/急性病毒性肝炎有什么特点

- 
- 020/慢性病毒性肝炎的诊断
 - 022/慢性病毒性肝炎有何临床特点
 - 022/重型病毒性肝炎如何分期，各期有什么特点
 - 023/什么是黄疸，淤胆型肝炎
 - 024/什么是肝性脑病，引起肝性脑病的因素有哪些
 - 025/什么是肝肾综合征，它是怎样发生的
 - 025/什么是肝肺综合征，它是怎样发生的
 - 025/肝炎患者为什么会发生出血现象
 - 026/什么是肝性腹水，它是怎样发生的
 - 026/儿童肝炎有什么特点
 - 027/老年肝炎有什么特点
 - 027/妊娠肝炎有什么特点
 - 027/肝炎患者的血清酶有何变化
 - 030/肝脏如何进行血清蛋白代谢及肝炎时有什么变化
 - 031/肝脏如何进行胆红素代谢，各型黄疸有何特点
 - 032/各种胆红素值变化的临床意义
 - 033/什么是药物性肝炎
 - 033/什么是酒精性肝炎（病）
 - 034/什么是感染中毒性肝炎
 - 034/肝功能失代偿期的表现有哪些

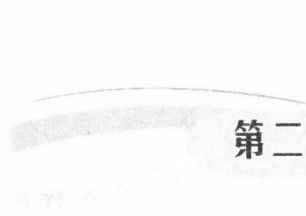
四、肝炎的化验检查项目及意义

- 036/如何诊断各型肝炎病毒感染，检查项目有哪些
- 039/肝炎患者的血常规和尿常规检查有何变化
- 040/检查肝功能项目有何意义
- 041/常做的肝功能检查项目有哪些，正常参考值是多少
- 042/乙型病毒性肝炎的三系检查包括什么内容
- 043/什么叫做乙型肝炎病毒的“澳抗”
- 044/什么是乙肝病毒的表面抗原与抗体，有何意义
- 045/什么是乙肝病毒的e抗原与e抗体，有何意义
- 045/什么是乙肝病毒的核心抗原与抗体，有何意义

- 
- 046/为什么要检测HBV-DNA,有何意义
 - 047/什么是乙肝病毒的“两对半”检查,有何意义
 - 048/什么是乙肝病毒的“三对半”检查,有何意义
 - 049/什么是乙肝患者的“大三阳”,有何意义
 - 049/什么是乙肝患者的“小三阳”,有何意义
 - 050/如何正确对待“小三阳”检查结果
 - 051/什么是乙肝病毒的Pre-S1、Pre-S2,有何意义

五、肝炎的特殊检查方法及意义

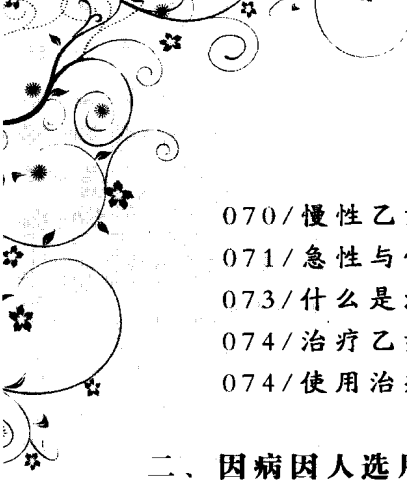
- 051/超声波对肝炎检查的优点如何,有何意义
- 053/肝脏活体组织检查如何进行,有何意义
- 053/在什么情况下需要肝穿刺检查



第二部分 肝炎合理用药好得快

一、病毒性肝炎的治疗原则

- 056/病毒性肝炎的一般治疗原则是什么
- 060/急性病毒性肝炎的治疗原则是什么
- 060/轻度慢性病毒性肝炎的治疗原则是什么
- 062/中度慢性病毒性肝炎的治疗原则是什么
- 062/重型病毒性肝炎的治疗原则是什么
- 064/淤胆型肝炎的治疗原则是什么
- 065/什么是肝炎的日常疗法
- 066/什么是肝炎的安静疗法
- 067/怎样进行肝炎药物治疗
- 068/哪些药物能引起肝功能损害
- 069/慢性乙型肝炎治疗如何选择用药

- 
- 070/慢性乙型病毒性肝炎治疗有何新进展
 - 071/急性与慢性乙型肝炎的治疗有何区别
 - 073/什么是治疗乙型肝炎的多联疗法
 - 074/治疗乙型肝炎时为什么要谨防药物性肝损害
 - 074/使用治疗肝炎新药为何要首先选好对象与适应证

二、因病因人选用药物治疗效果更好

- 076/干扰素治疗病毒性肝炎的依据是什么
- 077/干扰素治疗肝炎的剂量如何掌握
- 078/干扰素治疗肝炎的适应证与禁忌证有哪些
- 079/干扰素与其他药物联合应用治疗肝炎效果如何
- 080/干扰素治疗乙型肝炎有哪些不良反应，怎样处理
- 081/酚妥拉明在肝炎治疗中的作用如何
- 082/维生素C与E在肝病治疗中有何作用
- 082/白细胞介素-2治疗慢性乙型肝炎效果如何
- 083/安达芬如何治疗病毒性肝炎
- 084/干净立诺如何治疗乙型肝炎
- 084/肝复肽(促肝细胞生长素)在病毒性肝炎治疗中起什么作用
- 085/什么是药物性肝炎(病)，如何治疗
- 086/巯甲丙脯酸在肝炎治疗中的作用如何
- 086/妊娠合并重型肝炎的诊治原则是什么
- 087/老年人肝炎在治疗上应注意什么
- 087/小儿肝炎在治疗上要注意些什么

三、中医中药治疗肝炎的优越性

- 088/怎样合理应用中医中药治疗病毒性肝炎
- 089/哪些中药能调节肝炎患者的免疫功能
- 089/中医如何治疗急性黄疸型肝炎
- 091/中医如何治疗急性无黄疸型肝炎
- 092/中药五味子降低血清转氨酶的效果如何
- 093/罗浮健肝灵胶囊为什么能治疗病毒性肝炎



- 093/金肝清毒再生胶囊治疗病毒性肝炎的效果如何
- 094/云星胶囊治疗病毒性肝炎的作用是什么
- 094/乙肝解毒胶囊为何能治疗病毒性肝炎
- 095/复肝龙片为何能治疗病毒性肝炎
- 095/益肝乐胶囊为何能治疗病毒性肝炎
- 095/川芎嗪为何能治疗肝病
- 096/采用中医平衡疗法怎样治疗急性乙型肝炎
- 097/采用中医平衡疗法怎样治疗慢性乙型肝炎

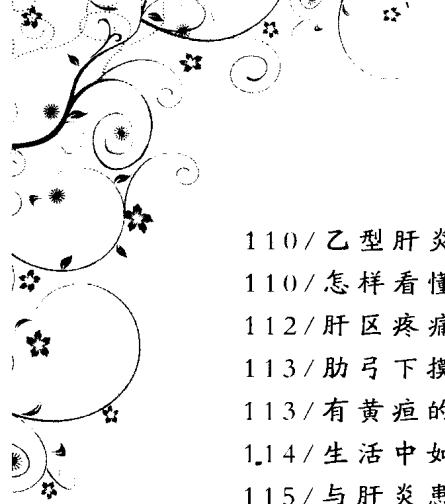
四、预防性用药（免疫）很重要

- 099/乙型肝炎病毒疫苗接种有何意义
- 100/乙型肝炎病毒疫苗接种具体方案有哪些
- 100/如何判断乙肝疫苗的接种效果
- 101/影响乙肝疫苗接种效果的因素有哪些
- 101/注射乙肝疫苗后如何定期检查
- 102/乙肝疫苗接种后应间隔几年复种为好
- 102/哪些人不必接种或禁用乙肝疫苗
- 103/乙肝疫苗接种后还会得乙型肝炎吗
- 103/患乙型肝炎的母亲怎样生一个健康的宝宝

第三部分 精心调养促康复

一、生活与起居方面

- 106/肝炎患者在家中应如何调养
- 107/什么是心理精神平衡疗法
- 108/心理疗法的内容有哪些
- 110/为什么检查肝功能时要空腹抽血

- 
- 110/乙型肝炎病毒表面抗原阳性说明什么，有无传染性
 - 110/怎样看懂乙肝患者的化验单
 - 112/肝区疼痛就一定是肝炎吗
 - 113/肋弓下摸到肝脏就一定是肝肿大或肝炎吗
 - 113/有黄疸的人就一定是肝炎吗
 - 114/生活中如何隔离肝炎患者
 - 115/与肝炎患者的密切接触者如何自我保护
 - 115/肝炎患者常用的家庭消毒方法有哪些
 - 116/如何选择杀灭肝炎病毒的消毒剂
 - 119/为什么说与乙肝患者共用生活用品也会被传染
 - 119/乙型肝炎病毒表面抗原阳性能否转为阴性
 - 119/无症状的乙肝病毒携带者能否结婚、妊娠
 - 120/肝炎产妇能否授乳

二、治疗护理方面

- 121/“澳抗”阳性者在用药上应注意些什么
- 122/乙型肝炎发病的诱因有哪些
- 123/怎样判断乙型肝炎患者传染性大小
- 124/怎样做好重型肝炎患者的口腔护理
- 125/肝炎患者为什么会产生消化道症状和肝区不适
- 125/肝炎患者如何观察肝掌、蜘蛛痣变化
- 126/为什么肝炎患者会出现面色晦暗
- 126/为什么肝炎患者会发生出血现象
- 127/为什么肝炎患者会发生便秘或慢性腹泻现象
- 127/为什么肝炎患者会有腹胀、疲乏无力感，如何纠正
- 128/肝炎患者为什么会发热
- 128/肝炎患者常出现头晕、失眠与多梦，如何纠正
- 128/重型肝炎的病因及预防措施有哪些
- 129/儿童病毒性肝炎的特点
- 130/老年人肝炎的特点
- 131/妊娠对病毒性肝炎有何影响

- 
- 132/病毒性肝炎对孕妇和胎儿有何影响
 - 132/早孕期合并肝炎的护理与保健要点有哪些
 - 133/妊娠中、晚期患肝炎的护理与保健要点有哪些
 - 133/患慢性肝炎的孕妇如何进行孕期保健
 - 134/怎样护理肝昏迷患者
 - 135/影响乙型肝炎预后的因素有哪些
 - 136/慢性乙型肝炎治疗到什么程度才算好
 - 137/乙型肝炎患者做肝功能检查前应注意些什么
 - 137/如何防止肝炎的反复发作
 - 138/什么叫乙肝病毒无症状携带者,其表面抗原对身体有无害处
 - 139/乙肝病毒携带者需不需要治疗
 - 139/怎样把握乙型肝炎治疗的时机
 - 140/急性乙型肝炎怎么会转为慢性

三、饮食营养调理方面

- 141/食疗在人体保健与疾病调养方面有什么作用
- 142/肝炎患者食疗的基本指导思想是什么
- 143/为什么说精选食物与肝病恢复及保健密切相关
- 144/肝炎患者的饮食调养原则是什么
- 145/肝炎患者如何补充蛋白质食物
- 146/为什么要提倡荤、素食物搭配
- 147/酸性与碱性食物如何搭配合适
- 148/肝炎患者为何要少吃油腻与煎炸食品
- 148/肝病后为何要禁忌暴饮暴食
- 149/肝炎患者为何不宜吃得过饱
- 150/肝炎患者四季如何注意饮食调养
- 152/肝炎患者的食物烹调应注意什么
- 153/水果对肝炎患者有何食疗作用
- 155/动物肝脏对肝炎患者有哪些食疗作用
- 156/肝炎患者如何正确饮用牛奶
- 156/肝炎患者如何合理进食糖类

- 
- 157/ 肝炎患者的“四季保安汤”指的是什么
 - 158/ 肝炎患者适当多吃点鱼有什么好处
 - 159/ 肝炎患者如何合理食用大豆及豆制品
 - 159/ 食物的“五味”对人体健康有何影响
 - 160/ 肝炎患者如何保证充足的维生素
 - 160/ 成人“澳抗”阳性者的饮食应如何调养
 - 161/ 青少年“澳抗”阳性者的饮食应如何调养
 - 162/ 肝炎患者为什么要禁止饮酒
 - 162/ 病毒性肝炎患者如何促进钙吸收和利用
 - 163/ 重型肝炎患者如何饮食调养
 - 163/ 儿童肝炎患者的饮食调养原则是什么
 - 164/ 肝炎儿童缺钙、锌、铁应如何纠正
 - 165/ 老年肝炎患者的饮食调养原则是什么
 - 166/ 妊娠合并肝炎患者如何进行饮食调养

四、运动锻炼方面

- 168/ 什么是有氧运动
- 169/ 有氧运动与无氧运动的区别
- 169/ 怎样掌握有氧运动的要领
- 170/ 有氧运动包括哪些项目
- 171/ 太极拳十分适合肝炎恢复期运动
- 171/ 八段锦对肝炎恢复者也是良好的运动项目



肝炎

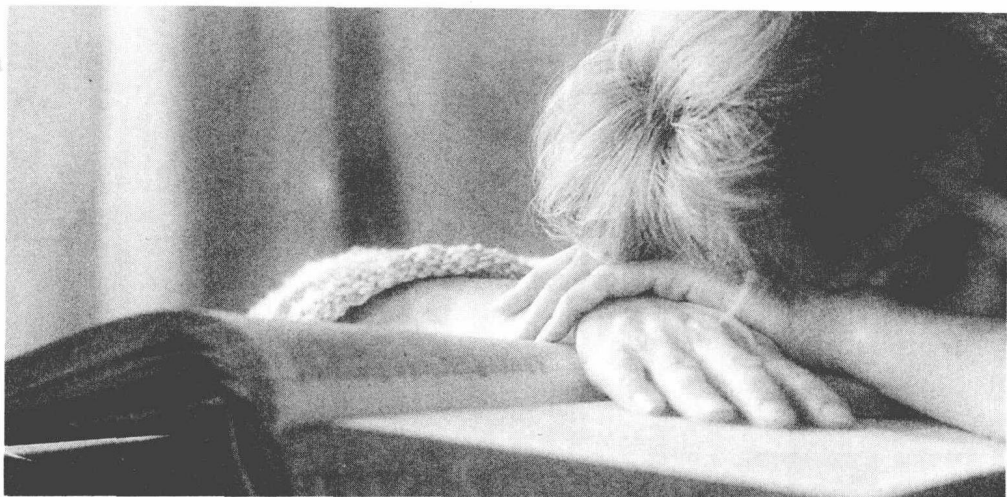
合理用药与调养

第一部分

肝炎病情面面观

温馨提示

- 一、肝脏的结构与功能
- 二、引起肝炎的病原体和人群的感染
- 三、肝炎的临床表现与特点
- 四、肝炎的化验检查项目及意义
- 五、肝炎的特殊检查方法及意义



一、肝脏的结构与功能

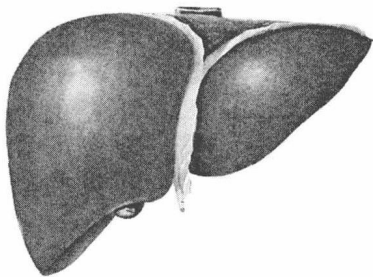


肝脏是一个什么样的器官

人体的消化系统是由大、小消化腺体与管道运输系统所组成的。肝脏就是人体最大的消化腺体。肝脏具有代谢、贮存糖原、解毒、分泌胆汁及吞噬与防御等重要功能。在胚胎时期，肝脏还有造血功能。

我国成年人肝脏的重量：男性为1230~1450克；女性为1100~1300克，约占体重的1/50。后逐渐减轻。胎儿和新生儿的肝脏相对较大，可达体重的1/20，其体积可占腹腔容积的1/2以上。肝脏血液供应丰富，呈红褐色，质地柔软而脆弱，受暴力打击容易破裂，引起大出血。

肝脏呈楔形，右端粗大而圆钝，左端细小。可分上、下两面和前、后、左、右四缘。肝脏的上面隆突，向前上方，对着



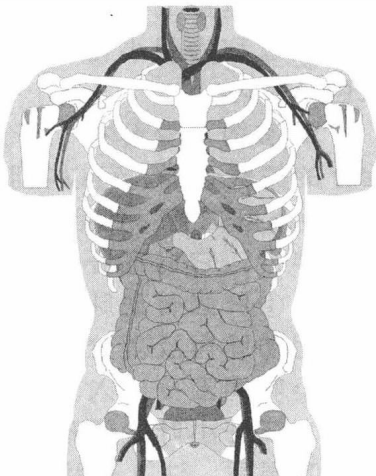


一、肝脏的结构与功能

膈肌，又叫膈面。肝脏分为左、右两叶。左叶小而薄，右叶大而厚。

肝脏的左邻右舍 肝脏大部分位于右季肋部和腹上部，只有小部分在左季肋部。当腹上部或右季肋部严重外伤或肋骨骨折时，可引起肝脏破裂。肝脏的上面与膈肌和腹前壁相贴。肝脏下面与邻近的腹腔脏器（胃、十二指肠、结肠）相接触。右叶下面后部紧邻右肾和右肾上腺。

肝脏在体表投影 肝脏上界和膈穹窿一致，肝脏下界与肝前缘一致，肝的下界在前正中线，突出剑突下方约3厘米。小儿的肝脏下缘比成年人约低2~3厘米。所以成年人，除在腹上部可触及肝的一部分外，在肋弓下缘处，一般不应触及肝的前缘。若能触及肝上界，可能为肝脏肿大的征象，应考虑有病理改变（主要考虑肝炎及肝癌）。肝的后面与第9、10胸椎相对。



肝的位置可随呼吸、内脏活动及体位的不同而产生一定范围的变化。站立吸气时稍有下降，仰位和呼气时稍上升。在平静呼吸时其升降之差约为2~3厘米，医生检查肝脏时常要求被检查者平卧，做深呼吸，就是根据这个原理。

小贴士

医生用右手在被检查对象的右侧肋弓下触摸肝脏的大小。健康人在平静呼吸时，肝脏不被触到；即使深吸气时也只是偶尔触碰到肝脏下缘，且质地柔软（如嘴唇）。若在平静呼吸时触碰到肝脏，不仅大，且质地较硬（如鼻尖），考虑肝炎引起的肝脏肿大的可能性大；若在平静呼吸时触碰到肝脏，不仅大，且质地硬（如额头），考虑肝癌可能性大。都需要做进一步的检查。