



医学专家答疑解惑丛书



编著 秦惠基

Cholecystitis and cholelithiasis

胆囊炎与胆石病

倾情奉献
西安交大医学出版

「合理用药与调养」



- ◎ 揭示胆结石的奥秘
- ◎ 胆囊炎胆石病用药指南
- ◎ 胆结石可以通过吃药溶解、排出吗
- ◎ 怎样预防慢性胆囊炎胆石病
- ◎ 胆囊炎胆石病患者吃什么
- ◎ 怎样正确选择合适的运动方式



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



医学专家答疑解惑丛书

cholecystitis and cholelithiasis

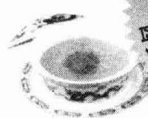


编著 秦惠基

胆囊炎与胆石病

情献
倾奉
西安交大医学出版

合理用药与调养



- 揭示胆结石的奥秘
- 胆囊炎胆石病用药指南
- 胆结石可以通过吃药溶解、排出吗
- 怎样预防慢性胆囊炎胆石病
- 胆囊炎胆石病患者吃什么
- 怎样正确选择合适的运动方式

常州大学图书馆
藏书章



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

内容简介

本书分为“全面认识慢性胆囊炎、胆石病，合理用药治慢性胆囊炎胆石病和自我调养防慢性胆囊炎胆石病”三大部分，用老百姓通俗易懂的语言，深入浅出地叙述胆病的医学知识。以问答形式生动具体地介绍了形形色色胆囊炎、胆石病的病因、发病机理、规范化治疗以及胆囊炎、胆石病患者自我管理、生活起居、饮食调养和运动锻炼等内容。力求老百姓看得懂、用得上，以达到“还医学给人民大众”的目的。

图书在版编目(CIP)数据

胆囊炎与胆石病合理用药与调养/秦惠基编著。—西安：西安交通大学出版社，2010.7
(医学专家答疑解惑丛书)
ISBN 978-7-5605-3524-1

I. ①胆… II. ①秦… III. ①胆囊炎—用药法 ②胆道疾病—结石(病理)—用药法
③胆囊炎—防治 ④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(2010)第 071632 号

书 名	胆囊炎与胆石病合理用药与调养
编 著	秦惠基
责任编辑	吴 杰 王华丽

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	陕西丰源印务有限公司

开 本	727mm×960mm 1/16	印张	8.5	字数	121千字
版次印次	2010年7月第1版		2010年7月第1次印刷		
书 号	ISBN 978-7-5605-3524-1/R. 114				
定 价	18.60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



2008年2月19日，带给无数观众欢笑的香港著名演员——肥肥沈殿霞因胆管癌在香港玛丽医院病逝。6年前，其手术取出36颗胆石，随后胆管反复发炎，被查出胆管癌，而其本身还患有糖尿病，肿瘤术后严重并发症一直折磨着她，直到其生命画上休止符。肝胆专家表示，她的辞世几乎不可避免。一切最原始的导火索很可能就是反复作祟的胆石病，因为40岁的肥胖女性很易发生胆石病，而结石则可导致胆管癌。

早在2002年，肥肥就曾因胆管炎发作而入院，共手术取出36粒大小不等的胆石。在胆石病术后，沈殿霞的饮食其实已经以清淡为主，油腻食物一概戒掉，饮食量也在减少，但之后她的胆道却一再出现问题，直至发现胆管癌。

在医学上，胆管癌至今依然病因不明，因此不能说长期患有胆石病就必然会导致胆管癌的发生。但据多年临床观察发现，肝内胆管结石的病例中肝内胆管肿瘤的患病率约为2%~15%，癌变均发生于含结石胆管处；而且40岁以上的中老年人，特别是肥胖女性，胆石病反复发作致使胆道反复感染，出现炎症、黄疸等症状时容易诱发胆管癌。在所有的胆道肿瘤中，处在肝门部的胆管癌所占的比例较大。虽然胆管癌的发病总人数目前仍在肝癌“老大”之后，但总体发病年龄较肝癌大，而且手术

的切除率和治疗后的生存年限均低于肝癌。因此，及早发现并积极治疗胆囊炎、胆石病是非常有必要的。

反复发作的上腹部疼痛，有时甚至发生疼痛难忍的胆囊炎、胆石病，常常长年折磨着中老年人，特别是女性、肥胖者。那么胆石病是怎样形成的？胆囊炎、胆石病对人体有什么危害？肥肥的36粒胆石从何而来？又怎样发展成胆管癌，终至撒手人寰？本书将遵照有“医圣”之称的裘法祖院士生前“让医学归于大众”的教诲，用老百姓易懂的通俗语言，将这些问题一一解答，给老百姓提供防病治病知识。

编 者

2010年1月于华中科技大学同济医学院



第一部分 全面认识慢性胆囊炎、胆石病

一、认清胆囊庐山真面目

002/胆囊是什么器官

004/胆囊的结构是什么样的

005/胆汁是怎样运输的

006/胆囊有什么作用

008/胆汁的成分是什么

008/胆汁之成分——胆盐有什么作用

009/胆汁之成分——磷脂有什么作用

009/胆汁中胆固醇与胆固醇结石的形成有什么关系

010/胆汁中的胆色素与黄疸有什么关系

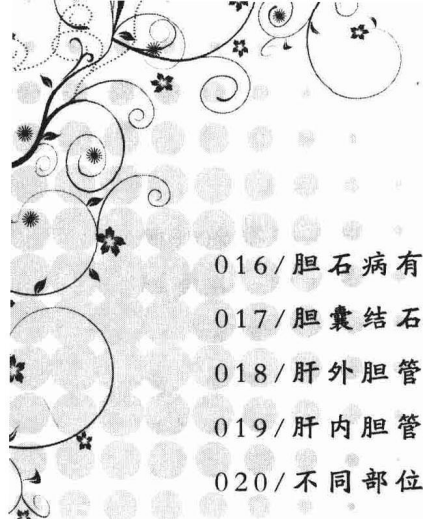
011/是什么促使胆汁分泌和排出

二、揭示胆石病的奥秘

012/胆石病是什么毛病

013/胆石病是怎样形成的

014/胆石病为什么“重女轻男”



016/胆石病有哪些类型

017/胆囊结石有什么临床表现

018/肝外胆管结石有什么临床表现

019/肝内胆管结石有什么临床表现

020/不同部位胆石病在临床表现上各有什么特点

三、胆囊炎与胆石病的相互关系

022/为什么有胆石病就易患胆囊炎

023/急性胆囊炎有什么临床表现

024/慢性胆囊炎有什么临床表现

025/为何诊断胆囊炎胆石病首选超声检查

026/超声检查为何有误差

027/胆囊的X线、造影检查有何意义

028/胆囊胆管联合造影检查为何有假阴性

029/有助于诊断的一些特殊检查

031/延误胆囊炎胆石病的诊疗对身体有何危害

032/延误胆囊炎胆石病治疗会出现哪些严重的并发症

四、怎样治疗胆囊炎和胆石病

035/胆囊结石怎样治疗

036/胆管结石怎样治疗

037/肝内胆管结石怎样治疗

038/无症状性胆囊结石在什么情况下需要切除胆囊

039/怎样用中西医结合治疗胆囊炎胆石病





第二部分 合理用药治慢性胆囊炎胆石病

一、正确认识药物

- 044/用药莫跟广告走
- 045/认清滥用药物的危害
- 047/怎样才能做到药物的合理应用
- 050/合理用药的标准是什么

二、胆囊炎胆石病用药指南

- 051/治疗胆囊炎胆石病的常用西药
- 054/对胆囊炎胆石病如何进行辨证论治
- 055/名老中医经典药方
- 057/药膳方四则
- 058/胆石病可以通过药物溶解、排出吗
- 058/何为溶石、碎石疗法



第三部分 自我调养防慢性胆囊炎胆石病

一、预防慢性胆囊炎胆石病

- 062/慢性胆囊炎胆石病有哪些诱因

064/怎样把好慢性胆囊炎胆石病患者的“病从口入”关

067/预防慢性胆囊炎胆石病的饮食调养有哪些

二、慢性胆囊炎胆石病患者的生活起居

069/为何慢性胆囊炎胆石病患者对居室环境要求严格

069/慢性胆囊炎胆石病患者居室要求之一——空气新鲜

070/慢性胆囊炎胆石病患者居室要求之二——温度适宜

072/慢性胆囊炎胆石病患者居室要求之三——湿度适中

072/慢性胆囊炎胆石病患者居室要求之四——光线充足

073/慢性胆囊炎胆石病患者居室要求之五——布局合理

073/慢性胆囊炎胆石病患者的卧床有何要求

074/慢性胆囊炎胆石病患者的枕头有何要求

075/慢性胆囊炎胆石病患者对枕芯有何要求

076/慢性胆囊炎胆石病患者的蚊帐、被褥有何要求

076/慢性胆囊炎胆石病患者的居住环境有何要求

077/慢性胆囊炎胆石病患者的居室色彩有何要求

077/慢性胆囊炎胆石病患者的居室强调讲究卫生

078/慢性胆囊炎胆石病患者的衣着应注意什么

079/慢性胆囊炎胆石病患者的衣物色泽有何要求

079/慢性胆囊炎胆石病患者的服饰款式有何要求

080/慢性胆囊炎胆石病患者如何注意增减衣服

081/慢性胆囊炎胆石病患者戴口罩时应注意什么

082/慢性胆囊炎胆石病患者对手套、鞋袜有何要求

082/慢性胆囊炎胆石病患者如何戴帽子

083/慢性胆囊炎胆石病患者如何搭配衣物



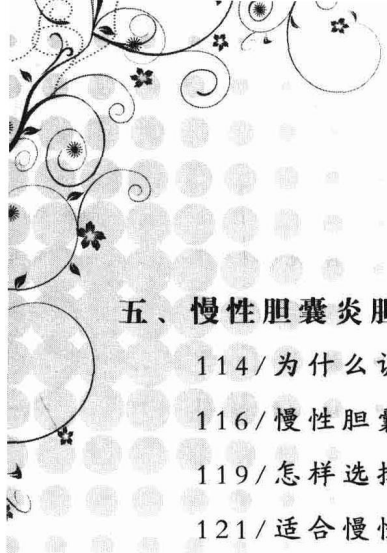
- 084/为什么强调慢性胆囊炎胆石病患者生活要有规律
- 085/慢性胆囊炎胆石病患者为何要重视睡眠
- 086/慢性胆囊炎胆石病患者对睡眠环境有何要求
- 087/慢性胆囊炎胆石病患者如何注意睡眠时间与质量
- 087/慢性胆囊炎胆石病患者如何调整睡眠姿势与方位
- 088/为什么慢性胆囊炎胆石病患者要强调戒烟限酒
- 089/吸烟对慢性胆囊炎胆石病患者有哪些危害
- 091/饮酒对慢性胆囊炎胆石病患者有何危害

三、慢性胆囊炎胆石病患者的家庭护理

- 092/怎样护理手术前的胆囊炎胆石病患者
- 093/怎样对慢性胆囊炎胆石病患者进行心理护理
- 094/对慢性胆囊炎胆石病患者进行心理治疗的方法有哪些
- 099/怎样护理胆囊炎胆石病手术后的患者

四、慢性胆囊炎胆石病患者的饮食调养

- 100/饮食与胆囊炎胆石病有什么相互关系
- 101/怎样合理安排胆囊炎胆石病患者的饮食
- 102/慢性胆囊炎胆石病患者不同时期的饮食有何要求
- 105/慢性胆囊炎胆石病患者所需的营养成分有哪些
- 108/慢性胆囊炎胆石病患者的少油食谱有哪些
- 111/慢性胆囊炎胆石病患者的减肥食谱
- 112/什么是胆囊造影膳食



五、慢性胆囊炎胆石病患者的运动调养

114/为什么调养需要运动

116/慢性胆囊炎胆石病患者运动应遵循哪些原则

119/怎样选择适合慢性胆囊炎胆石病患者的运动方式

121/适合慢性胆囊炎胆石病患者康复期的运动方式有哪些

124/慢性胆囊炎胆石病患者可参加哪些球类运动

125/舞蹈对慢性胆囊炎胆石病患者的调养有帮助吗



胆囊炎 与胆石病

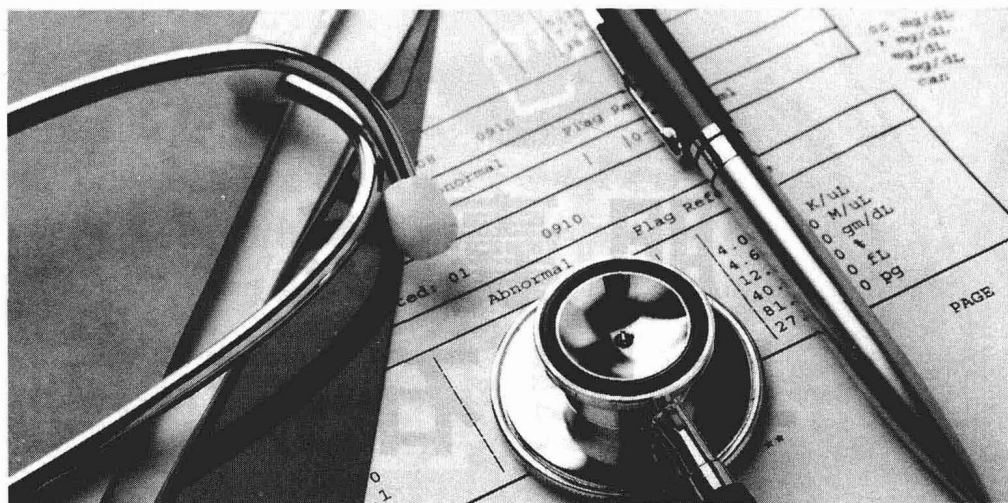
合理用药与调养

第一部分

全面认识 慢性胆囊炎、胆石病

温馨提示

- 一、认清胆囊庐山真面目
- 二、揭示胆石病的奥秘
- 三、胆囊炎与胆石病的相互关系
- 四、怎样治疗胆囊炎和胆石病



一、认清胆囊庐山真面目



胆囊是什么器官

胆囊是消化系统中一组成部分，是消化器官。我是外科医生，在医院临床实践中，曾诊疗过无数慢性胆囊炎胆石病患者，也曾为上千例这样的患者开刀。手术时家属大多都在手术室门外焦急地企盼和等待：企盼医生胆大心细，一刀把患者的疾病根除；等待是想及时得到患者的开刀情况以及开刀发现了什么毛病，切除了什么东西，做了什么手术？并祈求患者平安，此乃人之常情！

当我切除胆囊后，见较大、如菜场卖的茄子一般大的胆囊时，为了向家属交待病情及说明手术的必要性，我常常将切除的胆囊用弯盘盛着，拿给手术室外正在焦急等待的患者家属和朋友观看。他们看到后既感到惊讶，又有一些疑惑。有人惊叹地说：“胆这么大，怪不得他（她）平时天不怕地不怕，风风火火的！”又有人叹息道：“胆这



么大，怎么他（她）平常总是谨小慎微，胆小怕事呢？”

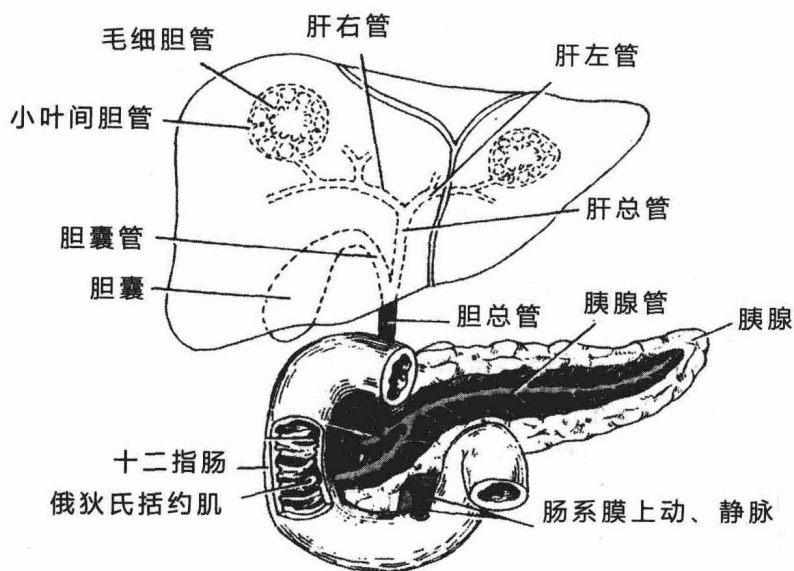
这两种说法都是不对的，他们把我切除的胆囊看成是胆量的根源了，胆量与胆囊是完全两码事，风马牛不相及！

老百姓对“胆”并不陌生，我国古典文学多有提及。例如《水浒传》的李逵，一双板斧，大闹江州，从楼上跳下，劫法场，杀人如麻；在山上因老虎吃了他母亲，一口气杀死4只小虎；并在“忠义堂”大喊：皇帝的位子，宋大哥也可坐得。真可谓“斗胆包天”、“胆大妄为”了，可是这个胆，并非我们身体的胆。现代医学所称的胆学名叫“胆囊”。

根据科学推测，李逵的胆囊决不会大于常人。因为书中所谓的胆，是指胆量，而非胆囊。

胆量是人对外界事物所作反应的一种行为方式，受个人基因、性格、经历、学识及经验的影响。

有的人性格开朗，见识较多，所以对外界事物无所顾忌，风风火火，雷厉风行；也有些人，性格鲁莽，不知天高地厚，有人就说他是胆大包天，比如《水浒传》里的黑旋风李逵；有些人，为了表现或某



胆道、十二指肠和胰

种需要，不顾客观规律，夸下大口，吹牛皮，就好像我国某个时期中有人拍胸口说：“人有多大胆，地有多高产”。这个胆跟胆囊是毫无关系的，可别错怪我们的胆囊了。

有的人性格低调，经历过风风雨雨、坎坎坷坷，吓怕了，所以对人处事都是谨小慎微，小心翼翼，有人说这种人胆小如鼠，胆子太小了；有的人凡事三思而行，这也怕，那也不敢，有人说他曾有被吓破了胆的经历。这个被吓破的胆，绝对不是胆囊的胆，胆囊一旦破了，不及时开刀抢救，是会丧命的。

胆囊藏在肝的下方，紧贴肝脏，平常不但摸不着，还看不见。所以难识其庐山真面目。

胆囊是含有平滑肌及弹力纤维的囊性器官，它具有储存胆汁，分泌、吸收胆汁成分及通过收缩运动向肠内输送胆汁的作用。

胆囊不是一个实体，是一个囊，好像气球一样，不过其壁比气球厚，其内容不是气，而是胆汁。由于是一个囊，所以平常是摸不到的，还看不见。胆囊的形状很像长条的茄子，也有人说它像梨子。宽约3~5cm，长约7~10cm，其内含的胆汁量约为30~60mL，胆囊内部压力可达4kPa（千帕）。

小贴士

胆囊不等于胆量，两者风马牛不相及。



胆囊的结构是什么样的

胆囊像气球一样，被分成三个部分，最大的部分叫底部，相当于气球吹气的部分叫颈部，底部与颈部之间就是体部了。

胆囊有个出口，就像是气球有个吹气的口子一样，胆囊的出口就是自胆囊颈部向下延续长约2~3cm的管道，这条管道就是胆囊管。胆囊管就是胆囊里胆汁进出的管道，直径约0.3cm，很狭窄，所以可以想象，如果胆囊里面有结石，结石要逃出胆囊，结石的直径绝不能



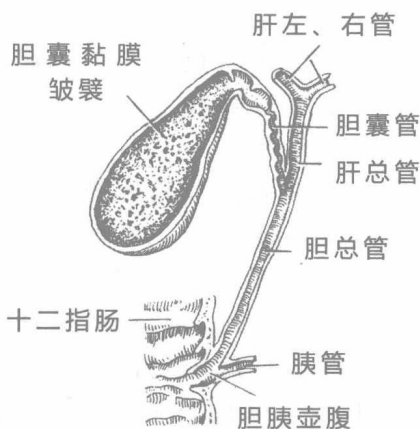
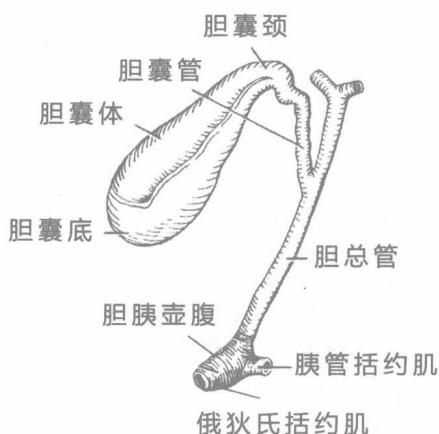
超过0.5cm。所以有些江湖医生说，吃了他的药，胆囊结石都会排出来，那是不可信的。更有些这样的医师说，他在患者粪便里找到了胆囊结石，如果看到结石大小超过直径0.5cm，可以断定此人在吹牛，或这结石不是来自胆囊。因为0.3cm小门，是无法通过直径大于0.5cm结石的。



胆汁是怎样运输的

胆总管是输送胆汁的管道，它既要运输来自肝脏的胆汁，又要运送通过胆囊管流出的胆囊中贮存的胆汁。所以胆总管以胆囊管为界可分为输入部分和输出部分。

输入部分是由肝总管（输送肝脏来的胆汁）和胆囊管（输送胆囊来的胆汁）汇合而成；胆囊管以下则为输出部分。胆总管全长约



胆囊与输胆管道

7~9cm，直径约0.6~0.8cm。胆总管的终点是在十二指肠，并在此有一个小开口，胆汁就从这个口流入十二指肠。这个开口还有一个结构，就是可以伸缩的门，这个门有一个专有的名称，叫做俄狄氏括约肌。当胆汁流出时，这个门松开，将开口张开，胆汁就进入十二指肠。当不需要胆汁时，这个门收缩，将开口关闭，不仅流不出胆汁，更重要的是不让十二指肠内的液体和食物返流入胆总管。这个门何时开（松弛），何时关（收缩），完全服从命令听指挥，按身体对食物需要来进行，是很有规律的。

胆总管在进入十二指肠之前，有一小段是膨大的，这个膨大的部分叫做胆胰壶腹，亦称乏特壶腹，过了壶腹，才是胆总管的大门（俄狄氏括约肌）。

小贴金

胆汁运输管道叫胆管。



胆囊有什么作用

贮存胆汁的仓库

胆囊实际上只是一个贮存胆汁的仓库，不过这个仓库可以把货物（胆汁）的水分吸收，使胆汁更浓一些。胆汁对于脂肪的消化和吸收具有重要的作用。

很多人以为胆汁是胆囊生成的，这不对。胆汁是由肝脏生成的。肝细胞持续生成胆汁，不断分泌进入肝内的胆小管，肝内有许许多多的胆小管，汇集成较大的胆管，又由这些较大的胆管汇集成左、右两条肝管，离开肝脏，两条肝管在肝门部又汇合形成一条肝总管，肝总管与胆囊管汇合成胆总管，胆总管末端开口于十二指肠。胆汁经胆囊管流入胆囊，在胆囊内进行浓缩并贮存起来。当人们进食脂肪类食物，需要消化它们时，胆囊就通过胆囊管排出浓缩的胆汁，由胆总管排入十二指肠，在肠道胆汁发挥消化脂肪的作用。