

肝 炎  
患 者

王永怡  
厉保良 编著  
邢洪中

北京科学技术出版社

自 我  
疗 养



5.1-49

1  
R573.1-29  
WYY

# 肝炎患者自我疗养

王永怡 厉保良 邢洪中 编著

张玲霞 审阅



A0042992

北京科学技术出版社

(京)新登字207号

**肝炎患者自我疗养**

王永怡 厉保良 邢洪中 编著

张玲霞 审阅

北京科学技术出版社出版

(北京西直门南大街16号)

邮政编码 100035

---

新华书店总店科技发行所发行 各地新华书店经销

中国科技情报所印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 6.625印张 148千字 插页1

1992年10月第一版 1992年10月第一次印刷

印数1—13450册

---

ISBN7-5304-1106-3/R·176 定价：3.60元

# 前 言

---

肝脏，是人体的重要器官。它好比人体内的一个巨大“化工厂”，在代谢、胆汁生成、解毒、凝血、免疫以及热量产生、水电解质调节中均起着非常重要的作用。然而，由于受社会物质文化生活尤其是卫生条件的限制，肝脏发病率相当高。我国是肝炎高发区，仅乙型肝炎病毒携带者就达1亿多人，被称为一大“国害”。因此，向人们介绍各型肝炎的防治和自我疗养知识，提高人们防治肝炎的自觉性和有效性，已成为医疗卫生人员乃至全国人民的一项十分重要而紧迫的任务。我们在认真总结30年临床工作体会，参考了当代国内外关于肝病方面文献资料的基础上，写了《肝炎患者自我疗养》一书。此书，不但对肝炎患者具有直接指导作用，而且对正常人的预防也有重要的指导意义。

在编写《肝炎患者自我疗养》一书中，直接得到了中华预防医学会北京分会理事、全军病毒性肝炎组副组长、三〇二医院副院长张玲霞等专家、教授们的精心指导和审阅，在此表示衷心感谢！

**编 者**

一九九一年十二月

# 目 录

---

## 肝 炎 知 识 篇

1. 肝脏在人体的什么部位？有什么解剖学特点？…………… (1)
2. 肝脏在组织学上有什么特点？肝小叶的主要结构是什么？…………… (1)
3. 肝细胞内的重要细胞器和细胞核具有什么样的结构功能？…………… (2)
4. 肝脏在人体中起什么作用？…………… (4)
5. 肝脏部分切除后有再生恢复能力吗？…………… (5)
6. “肝炎”是怎么回事？…………… (6)
7. 病毒性肝炎有哪几种？…………… (6)
8. 病毒性肝炎在我国的研究近况怎样？…………… (7)
9. 病毒性肝炎在临床上有什么类型？…………… (8)
10. 甲、乙、丙、丁、戊型肝炎的感染率怎样？各型肝炎间有交叉免疫力吗？…………… (8)
11. 各型肝炎的潜伏期都一样吗？…………… (10)
12. 急性黄疸型肝炎有什么症状？一般病程有多长？…………… (10)
13. 怎样早期发现肝炎？…………… (11)
14. 巩膜和皮肤黄疸是怎样形成的？…………… (12)

15. 患肝炎时怎么会发生黄疸、尿似浓茶、大便发白? ..... (13)
16. 肝性黄疸除使眼睛、皮肤发黄外, 还能引起其它地方黄染吗? ..... (14)
17. 有黄疸就是肝炎吗? ..... (15)
18. 患黄疸型病毒性肝炎时, 应与哪些疾病相鉴别? ..... (16)
19. 孕妇妊娠后期出现黄疸主要有哪些病因? ..... (17)
20. 妊娠后期黄疸型肝炎有何特点? 如何处理? ..... (18)
21. 怀孕妇女伴发病毒性肝炎对胎儿及新生儿有什么影响? ..... (18)
22. 妊娠中毒症并发肝脏损害如何与妊娠合并病毒性肝炎相鉴别? 应如何处理? ..... (19)
23. 无黄疸型肝炎有传染性吗? ..... (20)
24. 哪些原因常被误诊为肝脏肿大? ..... (21)
25. 为什么有的急性肝炎患者肝脏不大呢? 影响肝脏右肋缘下触及的因素有哪些? ..... (22)
26. 肝炎者患为什么会有肝区疼痛? ..... (23)
27. “肝区痛”就是肝炎吗? ..... (24)
28. 肝炎患者为什么容易出血? ..... (25)
29. 蜘蛛症和肝掌是怎么产生的? ..... (26)
30. 肝炎病人经常抽血主要检查什么? ..... (27)
31. 肝功能的血清酶检查中哪些是最常做的? 有什么临床意义? ..... (28)
32. 引起血清转氨酶 (GPT或ALT) 升高的原

- 因有哪些? ..... (30)
33. 什么叫肝炎的重叠感染和混合感染? 发生  
这种情况后是否病情要加重? ..... (31)
34. 我国重症病毒性肝炎可由哪些病毒引起?  
病死率多高 ..... (32)
35. 暴发性肝炎是怎么回事? 医生的诊断依据  
是什么? ..... (33)
36. 什么是肝昏迷? 肝病基础上引起肝昏迷的  
诱因有哪些? ..... (34)
37. 病毒性肝炎的糖代谢异常有哪些特点? ..... (35)
38. 患病毒性肝炎时主要有哪一些心脏方面的表  
现? ..... (36)
39. 病毒性肝炎在B超上有什么特点? 是否要  
常规做B超? ..... (37)
40. 什么是CT? 肝炎病人什么时候应查CT? ..... (38)
41. 慢性肝炎病人做纤维胃镜检查有何意义? ..... (39)
42. 肝炎患者做肝穿有什么意义? ..... (39)
43. 肝炎病理中的碎屑样坏死有什么意义? ..... (40)
44. 老年人病毒性肝炎有哪些特点? ..... (41)
45. 小儿病毒性肝炎有什么特点? ..... (42)
- 46 “婴儿肝炎综合征”的病因有哪些? ..... (43)
47. 我国由母亲传播给婴儿的肝炎有多少? ..... (44)
48. 全身性感染时, 哪些因素可引起肝损害? ..... (45)
49. 哪些细菌常可引起肝脏损害? ..... (46)
50. 药物性肝炎的诊断指标有哪些? ..... (47)
51. 除甲、乙、丙、丁、戊型肝炎病毒外, 还有

- 哪些病毒能引起肝脏损害? ..... (48)
52. 患肝炎后有的康复, 有的成慢性, 有的突然病故, 谁主吉凶? ..... (49)

### 肝炎防治篇

53. 为什么毛蚶能引起1988年上海甲型肝炎流行? ..... (51)
54. 什么年龄最容易患甲型肝炎? 其预后怎样? ... (52)
55. 甲型肝炎病毒对外界的抵抗力如何? ..... (53)
56. 诊断甲型肝炎的特异性方法有哪些? ..... (53)
57. 抗甲肝病毒 (HAV) 药物研究的近况如何? ..... (54)
58. 我国目前对甲型肝炎疫苗研制进展及志愿者的使用效果如何? ..... (55)
59. 甲型肝炎好了还会得其它类型的肝炎吗? ..... (56)
60. 乙型肝炎病原是一种什么样的病毒? ..... (57)
61. 乙型肝炎病毒 (HBV) 和DNA基因是怎样组成的? ..... (58)
62. 乙型病毒性肝炎有什么流行特征? ..... (59)
63. 你知道乙型肝炎发病的主要机理吗? ..... (60)
64. 乙肝病毒的血清学标志有哪些? 有什么诊断意义? ..... (61)
65. “二对半”与乙型肝炎临床病型和传染性有什么关系? ..... (62)
66. 检测乙型肝炎HBsAg的常用方法有哪些? ..... (62)
67. 抗-HBcIgM阳性说明什么问题? ..... (64)



68. 在肝脏以外的组织中是否也存在乙肝病毒? ..... (65)
69. 有Ⅱ型乙肝病毒 (HBV<sub>2</sub>) 吗? ..... (66)
70. 乙肝病毒可通过胎盘, 在子宫内感染胎儿吗? ..... (67)
71. 诊断乙肝病毒 (HBV) 宫内感染时的注意事项是什么? ..... (68)
72. 婴儿感染乙型肝炎病毒与哪些因素有关? ..... (69)
73. HBV慢性携带者的HBeAg能自然阴转吗? ..... (70)
74. 乙型肝炎慢性迁延型的主要特点是什么? ..... (71)
75. 乙型肝炎慢性活动性的主要特点有哪些? ..... (71)
76. “澳抗”阳性的人有无传染性? 可以结婚吗? ..... (72)
77. 乙肝病毒携带者的家庭成员应注意什么? ..... (74)
78. 孕妇把乙肝病毒传染给新生儿, 大多是经产道分娩时发生的, 有证据吗? 可预防吗? ..... (75)
79. “澳抗”阳性儿童能否收入托儿所或幼儿园? ..... (76)
80. 对托幼机构中儿童肝炎患者应如何管理? ..... (77)
81. 乙型肝炎病毒与艾滋病毒在传播方式上有什么相似性? ..... (77)
82. 乙肝病毒和艾滋病毒 (HIV) 共同感染的表现及后果怎样? ..... (78)

83. 重症乙型病毒性肝炎的临床有哪些主要表现? ..... (80)
84. 哪些是重症乙型病毒性肝炎的早期症状? ..... (81)
85. 聚合酶链反应 (PCR) 技术在乙肝病毒感染中可作哪些应用? ..... (81)
86. 急慢性乙型肝炎的治疗原则如何? ..... (82)
87. 你能举例说明近年干扰素制剂与其它药物联合应用治疗乙型肝炎的效果吗? ..... (83)
88. 白细胞介素 2 (IL-2) 治疗慢性乙型肝炎有效吗? ..... (85)
89. 自体 LAK 细胞回输治疗慢性乙型肝炎的疗效如何? ..... (85)
90. 磷甲酸是广谱抗病毒药, 也能对抗乙型肝炎病毒吗? ..... (86)
91. 如何评价肾上腺皮质激素对慢性乙型肝炎的治疗作用? ..... (87)
92. 免疫增强剂对慢性乙型肝炎的疗效如何? ..... (88)
93. 中医中药能调节肝炎病人的免疫功能吗? ..... (89)
94. 881 丸对慢性乙型肝炎的疗效如何? ..... (90)
95. 肝炎灵注射液对慢性乙型肝炎效果怎样? ..... (91)
96. 肝 3 注射液比肝炎灵治疗乙型肝炎的疗效更好吗? ..... (92)
97. 肝细胞生长素的保肝疗效和机理如何? ..... (93)
98. 小柴胡汤治疗慢性活动性肝炎的现代研究如何? ..... (94)

99. 我国目前对乙型肝炎表面抗原携带者的管理现状如何? ..... (95)
100. 什么措施能预防母婴间乙肝病毒的传播? ..... (95)
101. 乙肝疫苗的使用对象、方法和效果如何? ..... (97)
102. 哪些因素影响乙肝疫苗接种效果? ..... (98)
103. 为什么乙肝疫苗接种的部位选用三角肌, 而不在臀部肌注? ..... (99)
104. 血源性乙肝疫苗会传播艾滋病吗? ..... (99)
105. 哪些人对乙肝疫苗接种的反应差? ..... (100)
106. 除血源和基因工程疫苗外还有哪些正在研究中的乙型肝炎疫苗? ..... (101)
107. 丙型肝炎的肝病理组织学和电镜下特征有哪些? ..... (102)
108. 丙型肝炎与乙型肝炎有何相似处? ..... (103)
109. 丙型肝炎与乙型肝炎有何不同处? ..... (104)
110. 输血引起的丙型肝炎与/或乙型肝炎比较, 其预后怎么样? ..... (104)
111. 丙型肝炎与丁型肝炎有何相似? ..... (105)
112. 如何预防丙型肝炎? ..... (105)
113. 丁型肝炎病毒 (HDV) 有什么特征? ..... (107)
114. 谁是丁型肝炎的主要传染源? 丁肝病毒的感染剂量需多少? 易感者是什么人? ..... (108)
115. 丁型肝炎是通过什么方式传播的? ..... (108)
116. 目前治疗丁型肝炎的主要药物是什么? ..... (109)
117. 干扰素治疗慢性病毒性肝炎时主要有哪些副作用? ..... (110)

118. 戊型肝炎在我国的流行情况怎样? .....(110)
119. 戊型肝炎病毒 (HEV) 在人体内的生活情况如何? .....(111)
120. 戊型肝炎病原学研究取得了哪些进展? .....(112)
121. 如何预防戊型肝炎? .....(113)
122. 黄疸型肝炎 (含急性、慢性、病毒性、中毒性) 常用的简易方药有哪些? .....(113)
123. 治疗重症黄疸型肝炎有效中药针剂有哪些? .....(115)
124. 慢活肝、肝硬化合并胆汁郁积重度黄疸 (胆红素70毫克%或171微摩尔/升)时, 有效的方药是什么? .....(116)
125. 治疗无黄疸型肝炎常用的有效中西药制剂有哪些? .....(116)
126. 治疗肝炎单项转氨酶增高时的有效制剂是什么? .....(119)
127. 临床治疗各型肝炎有效的单方针剂和简方主要有哪些? .....(120)
128. 临床上常用治疗肝炎的成药验方主要有哪些? .....(121)
129. 民间流传能预防肝炎的单方主要有哪些? .....(122)
130. 肝硬化时民间流传辅助治疗的单验方有哪些? .....(122)

### 自我疗养篇

131. 为什么要强调肝病的自我疗养? .....(124)

132. 食疗在肝病自我疗养中起什么作用? .....(125)
133. 对肝病饮食疗法的现代观念是什么? .....(126)
134. 病毒性肝炎患者应怎样补充蛋白质食品? .....(127)
135. 肝炎及其康复期患者主要选用哪些食物以  
补充糖、脂肪和蛋白质? .....(128)
136. 肝类病人应常吃哪些食物来补充维生素? .....(128)
137. 为提高肝炎患者对营养素的利用率, 烹调  
上应注意些什么? .....(129)
138. 肝炎患者如何用茶? .....(130)
139. 肝炎患者如何合理食醋? .....(131)
140. 肝炎病人为什么不宜过量吃糖? .....(131)
141. 肝炎病人及其恢复期后为什么都应禁忌饮  
酒? .....(132)
142. 肝炎病人怎样饮用牛奶? .....(133)
143. 为预防病毒性肝炎食用甲壳类水产品应注  
意什么? .....(133)
144. 肝病者如何选用营养滋补食品? .....(134)
145. 我很容易发脾气, 经常吃点保肝健脑食品  
对吗? .....(135)
146. 病毒性肝炎后肝硬化的病人饮食上应注意  
些什么? .....(136)
147. 慢性肝病又有胃肠炎的病人自身饮食应如  
何调理? .....(137)
148. 病毒性肝炎病人应经常吃哪些能促进钙吸  
收和利用的食品? .....(138)
149. 病毒性肝炎病人应经常吃点水果, 为什么

- 不能吃得太多? .....(138)
150. 肝病患者饮食中如何注意防癌? .....(139)
151. 病毒性肝炎合并脂肪肝怎么办? .....(140)
152. “澳抗”阳性携带者是怎么形成的? .....(141)
153. 无症状“澳抗”携带者的转归如何? .....(142)
154. 检查出“澳抗”阳性后的病人该怎么办? .....(143)
155. “澳抗阳”性携带者生活中如何劳逸结合、积极休息? .....(144)
156. “澳抗阳”性者在饮食和吃药上应该注意些什么? .....(145)
157. 常用食物的热量应怎样计算? .....(146)
158. 抗肝炎病毒的药物主要有哪些? .....(147)
159. 病毒性肝炎患者在安全用药上应注意些什么? .....(148)
160. 肝炎病人滥用“保肝药”有什么害处? .....(149)
161. 长期用中成药也是自我疗养的方法吗? .....(150)
162. 肝病恢复期、迁慢性肝炎稳定期能用简单方药预防暑热和风寒吗? .....(151)
163. 对肝炎病毒常用的消毒手段应如何评价? .....(152)
164. 三〇二医院的肝炎洗涤灵和消毒巾如何使用? 效果怎样? .....(154)
165. 漂白粉消毒液如何配制, 可作哪方面消毒? .....(154)
166. 你能讲一下“勿过劳、防感染, 勤复查”的含义吗? .....(155)
167. 肝癌发病与肝炎、肝硬化有多大关系, 有

- 预防办法吗? .....(156)
- 168.如何估计自己的肝病发生了恶化? .....(157)
- 169.病毒性肝炎患者应该怎样休息? .....(158)
- 170.肝病患者应该如何注意自己的起居、睡眠  
和情绪? .....(160)
- 171.气功疗法适合于哪种类型肝炎病人? .....(161)
- 172.音乐治疗可以试用于肝病患者吗? .....(162)
- 173.颜色有利于治疗肝病吗? .....(163)
- 174.肝病康复有秘诀吗? .....(164)
- 175.为什么怀孕妇女应该普查HBV指标? .....(165)
- 176.为什么说“人老肝亦老”? 老年人应如何  
保肝? .....(165)
- 177.经常便秘对肝脏病人有害吗? .....(166)
- 178.肝脏病患者应如何掌握性生活? .....(167)
- 179.为什么说预防注射时只有“每人一针一管”  
才能预防肝炎? .....(168)
- 180.肝炎后肝硬变病人何时需住院治疗? .....(168)

### 护肝药膳篇

- 181.各型黄疸肝炎食疗方有哪些? .....(171)
- 182.各型无黄疸急慢肝炎、肝硬变及“澳抗”  
阳性长期携带者的食疗方有哪些? .....(173)
- 183.各种原因所致肝硬化,慢性活动性肝炎、  
重症肝炎及其恢复期的食疗方有哪些? .....(178)
- 184.肝病兼有其它或并发病症的食疗方有  
哪些? .....(185)

# 肝炎知识篇

## 1. 肝脏在人体的什么部位，有什么解剖学特点？

肝脏大部分位于腹腔右上腹部，小部分在左上腹部，是人的重要实质性脏器，一般重约1200~1600克，在成年人，肝脏的重量约为体重的1/40~1/50，小儿肝脏之重量约占其体重的1/20。正常肝脏外观呈红褐色，质软而脆。肝上界与膈的位置一致，约在右第五肋间（相当于叩诊的相对浊音界），肝脏有一定的活动度，可因体位的改变和呼吸上下移动。肝的下界，一般不超出肋弓，正常时肋缘下摸不到，而小儿多可在肋缘下触及。

肝脏被镰状韧带分为左、右两叶，右叶大而厚，左叶小而薄。按新的分叶方法，将肝脏分为左内叶、左外叶、右前叶，右后叶及尾状叶。肝脏下面，有连成“H”形的两条纵沟和一条横沟。横行沟内为肝门、门静脉、肝动脉和肝管等出入该处。右纵行沟前方为胆囊，后方为下腔静脉；左纵行沟前方为圆韧带，后方为静脉韧带，静脉导管的遗迹。

## 2. 肝脏在组织学上有什么特点？肝小叶的主要结构是什么？

肝脏的表面为一薄层致密的结缔组织组成的被膜，被膜的结缔组织深入肝内，形成网状支架，将肝分隔为许多单位，称为肝小叶。构成肝脏的基本单位是肝小叶。人类肝脏约有50万个肝小叶，肝小叶呈多角棱柱体，约1×2毫米大小，小叶的中轴贯穿一条静脉，为中央静脉。以中央静脉



为中心，肝细胞呈放射状排列，形成肝细胞索。肝细胞索相互吻合成网，网眼间有窦状隙和血窦。肝细胞之间的管状间隙，形成毛细胆（肝）管。

肝小叶是由肝细胞、毛细胆管、血窦和相当毛细淋巴管的狄氏间隙所组成。

肝细胞为多角形，直径约为20~30微米，细胞核呈圆形，位于细胞的中央，其内有一个或多个核仁。电镜下细胞核内可显示各种细胞器和包含物，如线粒体、高尔基体、溶酶体，内质网、糖元、脂滴和色素等。细胞核内有染色质，由螺旋结构的脱氧核糖核酸（DNA）和蛋白质组成。

### 3. 肝细胞内的重要细胞器和细胞核具有什么样的结构功能？

应用电子显微镜观察，肝细胞具有胞膜、胞质（含基质和许多细胞器）和胞核组成。

细胞器含线粒体、内质网（粗面、光面）、溶酶体、高尔基器、微粒体、包涵体、饮液泡等组成。

（1）线粒体：形状为圆、椭圆的杵棒状双膜结构，长度1.0~5.0微米，厚度0.25~0.7微米。每个肝细胞可有1000~2000个线粒体，其中储有70种以上的酶和辅酶，如谷丙转氨酶、细胞呼吸酶等。人体摄入的糖、脂肪、蛋白质三大营养素的代谢都在线粒体内进行，并可产生人体所需的大量能量。所以被称为供能“发电站”。当肝炎或全身缺氧时，线粒体是最早、最敏感的“受害者”。其结果引起SGPT等生化功能紊乱、重度乏力、食欲不振等临床表现。

（2）内质网：是细胞浆（质）中呈扁平囊状或泡管状的结构，分粗面和光面两种内质网。粗面内质网是蛋白质合