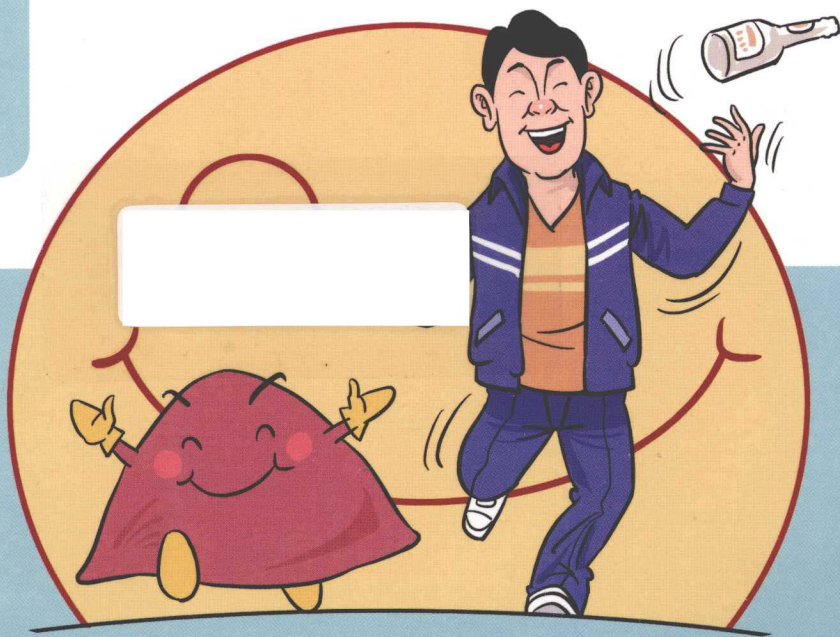


慢性肝病防治篇

健康大百科

主编 金荣华

- 北京市人民政府组织
- 10位院士审定、推荐
- 1000位专家参加编写
- 解答生活中6000个健康问题



人民卫生出版社

数字 (CIP) 目 录 页 码 在 内

编 者：金 荣 华、魏 来、李 兴 旺、李 冰、李 晓 波、李 跃 旗、杨 华 升、邹 正 升、宋 广 军、张 月 宁、张 世 斌、房 继 莲、封 波、徐 斌、黄 云 丽、蒋 荣 猛、韩 莹、谢 雯、赫 兢

·健康大百科·

慢 性 肝 病 防 治 篇

主 编 金荣华

副 主 编 魏 来 李兴旺

编 委 (按姓氏笔画排序)

丁惠国 王艳斌 刘燕敏 李 冰 李晓波

李跃旗 杨华升 邹正升 宋广军 张月宁

张世斌 房继莲 封 波 徐 斌 黄云丽

蒋荣猛 韩 莹 谢 雯 赫 兢

学术秘书 胡中杰 李 韪

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

健康大百科. 慢性肝病防治篇/金荣华主编. —北京: 人民卫生出版社, 2014

ISBN 978-7-117-18513-4

I. ①健… II. ①金… III. ①保健-基本知识②慢性肝病-防治 IV. ①R161②R575

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 008125 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

健康大百科 慢性肝病防治篇

主 编: 金荣华

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 20

字 数: 287 千字

版 次: 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-18513-4/R · 18514

定 价: 36.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

《健康大百科》

系列丛书编委会

主任 杨晓超 北京市人民政府

主编 方来英 北京市卫生局

副主编 赵春惠 北京市卫生局

编委 (按姓氏笔画排序)

马长生 北京安贞医院

马冠生 中国疾病预防控制中心

王天有 首都儿科研究所

邓 瑛 北京市疾病预防控制中心

向红丁 北京协和医院

刘泽军 北京市卫生局健康促进处

刘秀荣 北京市疾病预防控制中心

汤伟民 北京市卫生局健康促进处

杨甫德 北京回龙观医院

陈 峥 北京老年医院

武 剑 北京宣武医院

季加孚 北京肿瘤医院

金荣华 北京佑安医院

曾晓芑 北京市疾病预防控制中心

科学顾问(按姓氏笔画排序)

王陇德 中国工程院院士,第十一届全国人大常委、中华预防医学会会长、卫生部“健康中国 2020 战略研究组”首席专家、卫生部疾病预防控制专家委员会主任委员、浙江大学公共卫生学院院长

王忠诚 中国工程院院士,北京天坛医院名誉院长、北京神经外科研究所所长,神经外科教授,著名神经外科专家

王澍寰 中国工程院院士,北京积水潭医院名誉院长,著名手外科专家

庄 辉 中国工程院院士,北京大学医学部教授,博士生导师,现任世界卫生组织西太区消灭脊髓灰质炎证实委员会委员、世界卫生组织西太区乙型肝炎专家工作组成员、世界肝炎联盟公共卫生学专家、中华预防医学会副会长

陈君石 中国工程院院士,中国疾病预防控制中心营养与食品安全所研究员、营养与食品安全专家

张金哲 中国工程院院士,中国小儿外科创始人之一

胡亚美 中国工程院院士,著名儿科专家

翁心植 中国工程院院士,北京朝阳医院名誉院长、北京呼吸疾病研究所所长、教授,内科学专家,在普通内科、寄生虫病、心血管病和呼吸系统病诸领域均有创造性贡献

高润霖 中国工程院院士,中国医师协会副会长,中华医学会心血管病学分会前任主任委员,中国医学科学院阜外心血管病医院学术委员会主任,心内科首席专家

程书钧 中国工程院院士,中国医学科学院肿瘤医院肿瘤病因学专家



总 序

为满足首都市民对健康知识的渴求,2011年,在市委、市政府的领导下,北京市卫生局组织在京医疗卫生方面的专家,精心策划、编写了一套10本《健康大百科》系列科普丛书,分别为健康大百科之《孕育篇》、《学龄前儿童篇》、《青少年篇》、《中青年篇》、《老年篇》、《口腔保健篇》、《家庭急救篇》、《传染病防治篇》、《心理健康篇》、《心脑血管病防治篇》,这是全国首次以生命全周期为基础、凝聚上千名医学专家智慧编辑出版的健康系列科普丛书,图书在编写过程中特别注意集科学性、通俗性和实用性于一体,因此,图书一经面世,即受到了广泛关注,社会反响强烈。

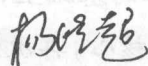
2009—2012年,北京市人民政府连续四年发布的《北京市卫生与人群健康状况报告》显示,我市人群慢性非传染性疾病(以下简称“慢病”)及相关危险因素的流行态势一直非常严峻。慢病的发生除了与个人生活方式有关外,社会环境对其影响的作用也不容忽视。因此,防控慢病,提升公众预防疾病、维护健康的个人意识和公众意识尤为重要。2013年,为进一步丰富市民健康知识,培养市民健康理念,提升市民健康素养,北京市卫生局在第一次出版《健康大百科》10本的基础上,继续组织专家以预防慢病和改善其相关危险行为因素为核心,再次编辑10本健康科普丛书,分别为健康大百科之《高血压防治篇》、《内分泌代谢疾病防治篇》、《脑血管病防治篇》、《恶性肿瘤

防治篇》、《慢性肝病防治篇》、《抑郁焦虑防治篇》、《儿童常见病防治篇》、《老年常见健康问题篇》、《膳食营养篇》、《健康导航篇》。除了采用与第一次10本相同的编写组织、写作定位、体例格式外,这次编写的10本在疾病预防上更系统、深入、细致,特定人群和家庭购买使用后,更加具有实际的指导意义。

与2011年第一次《健康大百科》10本出版一样,本次10本健康科普丛书的编写,同样凝聚了1000多位医学专家的智慧,他们用“医者仁心”的态度精益求精地完成了全部编校工作。本书的出版不仅丰富了《健康大百科》的内涵,而且,也着实为首都市民又提供了一套非常丰富的健康科普饕餮。特别值得一提的是,从2011年《健康大百科》编写、出版策划开始,王陇德、王忠诚、陈君石等10位院士对出版方向及定位等细节即给予了悉心指导,然而,非常遗憾的是,在编写本次10本丛书的过程中,有三位院士不幸病故,但我们不能忘记已故院士对本套丛书的贡献,也谨以书籍出版作为对已故院士永远的纪念。

感谢所有参编的医学专家对本书作出的贡献,愿《健康大百科》成为首都市民健康生活的良师益友。

北京市副市长



2014年1月



前言

慢性肝病是全球严重的公共卫生问题之一,严重影响并危害着世界各国人民的生命健康,并给患者、家庭和社会带来沉重的经济负担。今天,在我国,慢性病毒性肝炎病毒(包括乙、丙型)感染者人数居世界首位,约占全球 1/3。我国的肝癌患者,80%以上由乙肝病毒所致;近 20 年,嗜酒者逐年增多,增加了近 20 倍,酒精性脂肪肝患者也随之增多,其流行在西部和北部地区较为严重;随着肥胖症及其相关代谢紊乱在我国的流行,非酒精性脂肪肝也成为我国发达地区和富裕阶层的常见病。这些患者最终有可能进展为肝硬化和(或)肝癌。其他的非感染性慢性肝病患者,如药物性肝损伤、自身免疫性肝病等也逐年增多。

如今,民众普遍对慢性肝病的诊断和治疗仍缺乏科学和较系统的了解,世俗依然对肝病患者存有偏见甚至歧视。慢性肝病患者多数求治心切,虚假广告“盛行”,临床中总见不少患者错过治疗的好时机和规范的治疗,或对接受规范治疗存有诸多疑虑,包括担心药物的副作用等,导致治疗依从性差,或缺乏对自己健康的有效管理,延误诊治。

我们应该看到,随着医药学和信息技术的进步,新药物、新技术不断涌现,近 10 年来,对慢性肝病的认识和诊治,尤其对慢性病毒性肝病的诊治取得了“突破性”进展,并给患者带来了福音。慢性肝病可防可治,可以生命“无忧”,但这必须建立在对疾病正确认识、得到规

范的诊治和适宜的健康管理的基础上。通过改变思维来触发行为改变,或通过持续改变行为来强化思维改变,真正的“无忧”才会发生,这就是本书编写的目的。

本书编者由长期从事肝脏疾病临床诊疗和科学研究的医学专家组成,在坚持科学性、实用性和适宜性的基础上,用通俗易懂的语言,以问答的方式向广大民众和肝病患者讲解了慢性肝病诊治中的热点问题。全书共 490 个问答,内容涉及慢性乙型肝炎、慢性丙型肝炎、酒精性肝病、非酒精性脂肪肝、自身免疫性肝病、药物性肝损伤、遗传代谢性肝病、不明原因肝损伤、肝硬化及并发症的防治以及慢性肝病的中医药治疗。

为了提高本书的质量,以供再版时修改,诚恳地希望各位读者、专家提出宝贵意见。另外,本书仅是一本科普读物,读者不能简单据此进行自我诊断和治疗。

金荣华

2013 年 11 月



目 录

第一章 慢性乙型肝炎

第一节 认识慢性乙型肝炎	2
1. 乙型肝炎病毒有哪些特性	2
2. 感染乙型肝炎病毒到底有多可怕	2
3. 目前我国乙型肝炎病毒感染的流行情况及预防战绩如何	3
4. 乙型肝炎病毒的传播途径及预防策略知多少	4
5. 为什么会出现乙肝家庭聚集现象	5
6. 怎样理解乙型肝炎的传染性	6
7. 感染乙肝病毒后是怎么变成慢性的	6
8. “大三阳”和“小三阳”是什么意思	7
9. “澳抗”是什么意思	8
10. 如何看待乙肝病毒核酸(HBV DNA)定量检测	8
11. 目前所认识的“乙型肝炎的自然发展过程”是怎样的	9
12. 乙型肝炎可分为哪几种类型	9
13. 什么是乙肝病毒携带者	10
14. 慢性乙肝患者肝功能异常要考虑哪些合并因素	10
15. 如何看待肝穿刺活检	11
16. 乙肝有哪些肝外表现	11
17. “肝区”疼痛不适是怎么回事	12
18. 慢性乙型肝炎的治疗目标是什么	12

目 录

19. 治疗慢性乙型肝炎的措施主要有哪些	13
20. 乙肝治疗中常见的“误区”有哪些	14
21. 如何看待“保肝治疗”	14
22. 怎样预防乙型肝炎	15
23. 女(男)朋友是乙肝患者怎么办	15
24. 打乙肝疫苗前需要做哪些准备工作	16
25. 打了乙肝疫苗没产生抗体怎么办	16
26. 直接接触乙型肝炎患者的血液后怎么办	16
27. 如何消除乙肝歧视	17
28. 慢性乙型肝炎患者在生活中应该注意些什么	18
第二节 慢性乙型肝炎的抗病毒治疗	19
29. 乙肝“大三阳”还是“小三阳”需要抗病毒治疗呢	19
30. 慢性乙肝患者 ALT 仅轻度增高,需要进行抗病毒治疗吗	20
31. 乙肝低病毒载量是否需要抗病毒治疗	20
32. 乙肝病毒携带者需要抗病毒治疗吗	21
33. 慢性乙肝抗病毒治疗的目标和终点是什么	21
34. 治疗乙肝的抗病毒药物有哪些	22
35. 乙肝抗病毒治疗吃药好,还是打针好	22
36. 哪些情况适合使用干扰素治疗	23
37. 哪些情况不能使用干扰素	24
38. 干扰素抗病毒治疗前应进行哪些检查	24

39. 核苷(酸)类似物口服抗病毒治疗应如何进行检查和监测	25
40. 乙肝抗病毒治疗干扰素如何保存	25
41. 干扰素治疗期间如何监测	26
42. 为什么慢性乙肝抗病毒治疗需要坚持较长的时间	26
43. “大三阳”抗病毒治疗什么时候可以停药	27
44. “小三阳”抗病毒治疗疗程比“大三阳”短吗	27
45. 乙型肝炎肝硬化应如何进行抗病毒治疗	28
46. 乙肝抗病毒治疗可以中途停止吗	28
47. 乙肝“大三阳”抗病毒治疗 2 年停药,现在又复发了, 怎么办	29
48. 慢性乙肝抗病毒治疗疗效不好怎么办,可以停药吗	30
49. 干扰素的主要不良反应有哪些	30
50. 慢性乙肝口服抗病毒药物的不良反应有哪些	31
51. 乙肝抗病毒治疗应该注意什么	32
52. 乙肝抗病毒治疗,如何评价疗效	32
53. 乙肝“大三阳”抗病毒治疗最终的效果是什么	33
54. 口服抗病毒治疗也要定期复查吗	34
55. “大三阳”抗病毒治疗费用比“小三阳”高吗	34
56. 应用化疗和免疫抑制剂治疗的患者如何处理	35
57. HBV 和 HCV 共感染患者如何治疗	36
58. HBV 和 HIV 共感染患者如何治疗	36
59. HBV 相关肝衰竭需要抗病毒治疗吗	37

60. HBV 相关的肝癌需要抗病毒治疗吗	38
61. 乙肝患者肝移植需要进行抗病毒治疗吗	38
62. 儿童乙肝患者能进行抗病毒治疗吗	39
第三节 乙肝病毒耐药	40
63. 什么是乙肝病毒耐药	40
64. 不用抗病毒药物,就不会耐药吗	40
65. 乙肝病毒为什么会耐药	41
66. 为什么我用所有的药效果都不好	42
67. 化验指标出现哪些异常时需要警惕耐药的发生	42
68. 抗病毒治疗有效后反弹,一定是耐药吗	42
69. 乙肝病毒耐药后会有哪些表现	43
70. 病毒耐药有什么危害	44
71. 抗病毒治疗过程中该如何复查	44
72. 治疗前是否可预测耐药发生的几率	45
73. 教您看懂 HBV 耐药基因检测的化验单	45
74. 什么情况下病毒容易出现耐药	46
75. 什么是“药物的耐药基因屏障”	46
76. 口服抗乙肝病毒药物的耐药率有多高	47
77. 乙肝耐药能预防吗	47
78. 治疗中出现病毒耐药该怎么办	48
79. 抗病毒治疗过程中的常见耐药问题有哪些	48

06	第四节 慢性乙型肝炎相关内分泌疾病	50
18	80. 肝源性糖尿病和 2 型糖尿病有何不同	50
18	81. 糖尿病对慢性乙肝患者有何影响	50
	82. 乙肝病毒感染会加重糖尿病吗	51
38	83. 糖尿病患者为什么容易发生肝功能异常	51
38	84. 合并糖尿病的慢性肝病人群的患癌风险会增加吗	52
68	85. 慢性乙肝合并糖尿病为什么要检查糖化血红蛋白	52
43	86. 慢性乙肝怀疑合并糖尿病的患者为什么要做糖耐量试验	53
48	87. 慢性乙肝合并糖尿病后饮食应注意什么	53
38	88. 糖尿病患者在胰岛素治疗过程中应如何加餐	54
	89. 慢性肝衰竭和肝硬化晚期患者合并糖尿病能口服	
28	降糖药物吗	55
63	90. 慢性乙肝合并糖尿病能不治疗吗	56
66	91. 慢性乙肝合并糖尿病如何科学运动	56
30	92. 慢性乙肝合并糖尿病能用预混胰岛素吗	57
66	93. 慢性乙肝合并糖尿病只用长效胰岛素行吗	58
88	94. 糖尿病血糖控制到多少才算合格	58
60	95. 慢性乙肝合并糖尿病患者应多久检查一次肝功能和血糖	58
60	96. 降糖药物都会导致肝功能异常吗	59
05	97. 为什么乙肝病毒导致的慢性肝衰竭会出现低血糖	59
05	98. 甲状腺功能亢进是否影响肝病的进展	60

99.	怀疑甲状腺功能亢进要做哪些检查	60
100.	甲状腺功能亢进患者能吃海鲜吗	61
101.	甲状腺功能亢进服药需要多长时间	61
102.	甲状腺功能亢进药物治疗中应多久检查一次甲状腺 功能和肝功能	62
103.	治疗甲状腺功能亢进的哪些药物会引起肝功能异常	62
104.	慢性乙肝合并甲状腺功能亢进能用干扰素抗病毒治疗吗	63
105.	干扰素治疗慢性乙型肝炎为什么会出现甲状腺功能亢进	64
106.	慢性乙肝用干扰素治疗中出现甲状腺功能亢进怎么办	64
107.	如何发现干扰素治疗中甲状腺功能亢进的风险	65
108.	慢性乙肝患者在干扰素治疗中得了甲状腺功能减退 怎么办	65
109.	甲状腺功能减退是否影响慢性乙肝患者应用干扰素	66
110.	糖尿病合并脂肪肝转氨酶总不正常怎么办	66
第五节 慢性乙型肝炎患者的产科问题及母婴阻断		68
111.	什么是乙肝母婴传播	68
112.	“大三阳”的女性在怀宝宝前应做哪些检查	68
113.	患慢性乙肝的女性何时可以孕育健康的宝宝	69
114.	准爸爸是慢性乙肝患者该怎么办	69
115.	服用抗乙肝病毒药物治疗期间想要宝宝怎么办	70
116.	慢性乙肝抗病毒治疗期间意外怀孕了怎么办	70

117.	慢性乙肝抗病毒药物对胎儿安全吗	71
118.	为母婴阻断而开始的抗病毒治疗何时可以停用	71
119.	化验检查达到什么标准后可以放心怀孕	72
120.	患慢性乙肝的准妈妈孕期在生活起居上需如何调整	72
121.	早孕反应严重,出现了肝损害怎么办	72
122.	慢性乙肝患者应该如何选择分娩方式	73
123.	什么是乙肝母婴阻断	73
124.	如何选择母婴阻断的方法	74
125.	母婴阻断成功的标准是什么	74
126.	做了母婴阻断宝宝就不会再感染乙肝了吗	75
127.	患乙肝的妈妈可以母乳喂养吗	75
128.	哺乳期间如何避免加重肝损害	76

第二章 丙型肝炎

第一节	认识丙肝	78
129.	我国丙肝病毒感染的现状如何	78
130.	普通公众、非肝病专科医师对丙肝的认识现状如何	79
131.	针对丙型肝炎,我国主要开展了哪些工作	79
132.	丙肝病毒是个什么东西	80
133.	丙肝只在我国流行吗	80
134.	丙肝和乙肝有什么不同	80

135.	丙肝病毒感染有哪些危害	81
136.	为什么原来没听说过丙肝	82
137.	丙肝是怎么传播的	82
138.	饮酒和丙肝之间有何相互影响	83
139.	脂肪肝和慢性丙肝之间有何相互影响	83
140.	丙肝与自身免疫性肝炎有什么关系	84
141.	急性丙肝都会转成慢性丙肝吗	84
142.	丙肝病毒感染是怎样导致肝脏损害的	85
143.	丙肝病毒急性感染后的自然进程如何	85
144.	什么是丙肝病毒感染慢性化	86
145.	丙肝是否与乙肝一样,感染年龄越小越容易慢性化呢	86
146.	影响慢性丙肝病情进展的因素有哪些	87
147.	HCV 为何被称为“隐形杀手”	87
148.	有丙肝病毒携带者吗	88
149.	急性丙型肝炎有哪些常见临床表现	88
150.	急性丙型肝炎只要症状消失、转氨酶正常就好了吗	89
151.	慢性丙型肝炎有哪些临床表现	89
152.	慢性丙肝如何评估肝脏的损害程度	90
153.	慢性 HCV 感染与非霍奇金淋巴瘤发病有关吗	90
154.	慢性丙肝患者糖尿病发病率较正常人高吗	91
155.	慢性 HCV 感染能导致肾脏损害吗	92
第二节 发现丙肝		93