

# 《肝病一本通》

## 图书基本信息

书名：《肝病一本通》

13位ISBN编号：9787538441321

10位ISBN编号：7538441328

出版时间：2009-10

出版社：吉林科学技术出版社

作者：金瑞

页数：170

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《肝病一本通》

## 前言

在人体所有器官当中，肝脏可以说是最为“沉默”的脏器，因为它每时每刻都在默默地辛勤工作，即使遭受一点病痛，也不会轻易向主人倾诉。除了忍耐的功夫十分到家以外，肝脏更有惊人的再生能力，即使被切除2/3，肝脏照样能够担负繁重的份内工作，并且能逐渐恢复原状。正因为肝脏过于任劳任怨，从来不会因为轻微的损伤就向主人发出信号，所以人们总是忽略它的健康，往往延迟就医，等到人们发现异常时，病情可能已经很严重了。生病不可避免，我们只有懂得了肝病是如何产生的，才能把肝病对身体的危害降到最低。既不能不以为然，把小病酿成大病；也不能讳疾忌医，以致病入膏肓，无药可救。在日常生活当中，我们应随时注意身体的健康状况，一旦发现病变时，应尽快治疗，尤其是肝病，切勿掉以轻心，延误就医，否则后果将不堪设想。与其等到患了肝病才后悔莫及，不如尽早做好预防工作，所谓预防胜于治疗说的就是这个道理。肝脏病变的临床表现主要有肝区不适或疼痛、肝脏肿大、肝区压痛、黄疸、门静脉高压症和营养代谢障碍等。常见的肝病有急性病毒性肝炎、慢性病毒性肝炎、肝硬化、中毒性肝炎、脂肪肝和肝癌等。不论是病毒性肝炎、药物性肝炎，还是自身，免疫性肝炎，甚至是肝硬化或肝癌，虽然都是难以治愈的肝病，但也不要因此而万念俱灰，放弃治疗的机会。随着现代医学的飞速发展，以往临床上认为相当棘手的肝病也常有治愈的报道。辨证地运用中西医治疗法，将二者取长补短，相互配合，相信必能产生极佳的医疗效果！在肝病治疗的临床工作中，我们发现一个基本规律，那就是：身心健康者，得病易康复，这也许就是肝病康复的秘诀。

# 《肝病一本通》

## 内容概要

《肝病一本通》内容简介：肝脏是人体的重要器官之一，是人体最大的“化工厂”，它对维持机体的正常生理活动具有重要的作用。我们知道，我国是病毒性肝炎的高度流行区，病毒性肝炎以及由各种原因所致的肝病正严重威胁着大众的健康。为此，著名肝病学家金瑞教授特为广大读者及患者编写了《肝病一本通》，用通俗易懂的语言阐明了肝病防治机理。通过对现代肝病九大防治理念和养护方法的详细解读，教你护肝、养肝，健康生活。

《肝病一本通》对肝脏的保养、肝病的未病先防、肝病的诊断、肝病患者的食疗、运动治疗、心理治疗、科学用药与家庭康复护理，以及中西医结合疗法等进行了全面阐述，内容包括各种急、慢性病毒性肝炎、肝硬化、脂肪肝、肝腹水、肝癌等肝病的治疗、肝脏的保养、患者的康复指导等。其中肝脏的保养和患者的康复是《肝病一本通》的重点内容，也是《肝病一本通》的特点之一。

全书融科学性、趣味性、实用性为一体，为现代肝病的防治提出了一套全新的理念和方法。是一本现代家庭健康生活的必备用工具书。

# 《肝病一本通》

## 作者简介

金瑞，首都医科大学附属北京佑安医院肝病消化中心主任，主任医师，首都医科大学传染病学系教授，硕士研究生导师。曾获“北京市卫生系统先进个人”称号。

主要从事各型病毒性肝炎、脂肪肝、酒精性肝病、药物性肝病、免疫性肝病、肝炎肝硬化及其并发症临床诊断与治疗工

# 《肝病一本通》

## 书籍目录

第一章 心“肝”宝贝需要一生呵护 1.认识心“肝”宝贝 2.肝脏血流的来龙去脉 3.心“肝”宝贝的邻里关系 4.肝脏——人体最大的化工厂 5.肝胆相照——功能密不可分 6.肝脏——蛋白质的合成场所 7.肝脏——糖类的转换站 8.脂肪代谢是肝脏的重要功能 9.防御解毒，抗病杀菌的人体卫士 10.肝脏独特的再生能力 11.劳累，令肝脏崩溃的杀手

第二章 蛛丝马迹侦破肝病 1.出现这些症状要到医院就诊 2.易患肝病的人群 3.转氨酶升高不是确定肝炎的唯一指标 4.皮肤发黄是肝病的危险信号 5.从黄疸轻重可以看出肝病轻重 6.重度黄疸引发的皮肤瘙痒 7.牙龈或鼻出血与肝炎病情有关 8.肝区痛——找原因 9.肝区痛的感觉为什么不一样 10.乏力和食欲差——肝病的常见表现 11.肝炎病人大多数疲倦乏力 12.肝脏形状异常——肿大或缩小 13.肝炎病人也会出现眼花、夜盲 14.肝炎病人会出现腹胀 15.“青蛙肚”——腹水积存 16.肝源性腹泻 17.肝病病人容易发生低血糖 18.肝胆疾病——右上腹疼痛 19.肝病病人可能出现腹痛症状 20.黑便——危险信号

第三章 肝病大家族 1.病毒性肝炎的家族：甲乙丙丁戊五兄弟 与生食有关的甲肝 甲型肝炎患者的餐具要严格消毒 甲肝疫苗的接种对象 令人烦恼的乙型肝炎病毒 乙型肝炎的三大传染途径 澳抗(HBsAg)——神秘的杀手 .....第四章 现代化检查手段揭开肝病的庐山真面目第五章 食中自有发为芝草——肝病的食物疗法第六章 运动保肝，护肝强身第七章 平和心理，颐养肝脏第八章 合理用药，治病之道第九章 肝病的最新疗法

## 章节摘录

肝炎患者中，有很多是在过劳状态中发病的。为了保护肝脏，充足的睡眠和避免劳累非常重要。现在中青年人的工作压力加大，患了肝病后也无法得到很好的休息；再加上很多中青年人的饮食不科学，过度劳累、精神压力过大等因素都会导致患有慢性肝炎、肝硬化乃至肝癌的中青年人在不断增多。5年前，在一次体检中，事业心极强的董经理被查出是乙肝携带者，感染上了乙肝病毒。此后，他仍坚持天天熬夜写策划书、工作报告，甚至假期也不休息。每天晚上要写到深夜。如此伤肝，不到两年，携带者终于发展成了肝硬化。肝硬化后的每次体检，董经理的肝功能指标显示均很正常。他想，自己的肝脏被保护得还不错。于是，接下来还是继续熬夜，终于让肝细胞病损的数量超过了警戒线，于去年7月引发了肝腹水。殊不知，在董经理还是携带者的时候，他的免疫系统虽不能将病毒全歼，但却能控制住它的发展，如果这种平衡不被打破，人一辈子也不会患上肝炎。如果熬夜，这种平衡就会被打破。肝脏的功能受损，肝细胞修复和再生功能被破坏，因而导致了肝硬化，如果肝细胞被损严重，但只要有10%~20%的肝细胞正常，肝功能就仍会正常，以致最后肝脏合成蛋白质的能力被破坏，发生了肝腹水。令人意想不到的是，董经理服用中药控制住了肝腹水，但他并没有就此而对自己的肝病有一个清醒的认识，他依然听从着事业心的召唤，又踏上了为事业奔忙的路程。终于，两个月前的一天凌晨，劳累终于让他的肝脏崩溃，血液从他的口鼻喷出，让他带着对事业的无限留恋，离开了人世。

# 《肝病一本通》

## 编辑推荐

《肝病一本通》：护肝保肝 专家解读现代肝病九大防治理念和养护方法首都医科大学附属北京佑安医院肝病消化中心主任 主任医师首都医科大学传染病学系教授 硕士研究生导师提供20种及时发现肝病的方法解读肝病家族五兄弟，剖析肝病之源，防病重于治病运动+饮食+心理疗法+科学用药，护肝保肝的四驾马车解读肝病营造健康生活肝脏的保养 7种常见肝病的类型，认识肝病，才能护好肝肝病防治与诊断 9种肝病自测方法，及时提醒你早发现，早治疗中西医结合疗法 中西结合，平分秋色，告诉您如何选择中医和西医来保肝肝病患者的食疗 营养乃护肝之本，50多种饮食疗方，让肝脏无忧运动治疗 12种肝病的运动处方，强身健肝保健康心理治疗 调好七情，养好肝肝病自我保健 16个生活方式细节，做好日常保健，才是真的爱护肝脏用药与护理 三分治，七分养，科学用药，远离7种类型的肝病

# 《肝病一本通》

## 精彩短评

- 1、有收获，是一本不错的关于肝病方面的书，
- 2、帮别人买的，速度不错，别人喜欢
- 3、书很满意，内容不错
- 4、很好的一本养生之书
- 5、刚拿到手，就想尽快一睹该书的内容了
- 6、不错，在图书馆看过不错才买的。



# 《肝病一本通》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)