

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

图书基本信息

书名：<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

13位ISBN编号：9787802036888

10位ISBN编号：7802036887

出版时间：2009-5

出版时间：王永怡,张玲霞、王永怡、张玲霞 中国妇女出版社 (2009-05出版)

作者：王永怡，张玲霞 编

页数：474

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：<http://www.tushu007.com>

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

前言

世界卫生组织对健康有过这样一个基本的判断：人的健康长寿15%取决于遗传，10%取决于社会条件，8%取决于医疗条件，7%取决于自然环境，60%取决于生活方式。

可见，生活方式对人类健康的影响。

专家一致认为，脂肪肝就是不良生活方式病。

当前人类的脂肪肝就像流行病一样，由发达国家向发展中国家蔓延，由城市向乡镇蔓延，由老人向青壮年并向儿童蔓延。

在中国大陆，脂肪肝是仅次于病毒性肝炎、并且是正在从第二位向第一位突破的肝脏疾病！

脂肪肝不单纯与肝硬化、肝癌相关，在疾病的发生发展过程中，它早已与肥胖、高脂血症、高血压、糖尿病、高尿酸血症等代谢综合征结成亲缘，互为因果，狼狈为奸。

可以说，脂肪肝是生活方式疾病。

患有脂肪性肝病的患者不仅要就诊于肝病科，有的还必须去消化内科、内分泌科、心脑血管科、内外妇儿科、神经精神科、眼科或肿瘤科去解决相关问题。

由此可见，防治脂肪肝疾病已成为我国公共卫生和医患共同关注的一个焦点。

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

内容概要

《脂肪肝防治与饮食调养必读》是脂肪肝防治专家撰写的科普读物，书中对300多个问题的解答通俗易懂，针对性强，既有知识性，又兼顾实用性，为脂肪肝和其并发症患者及其家属提供防治的全方位攻略；适用于保健和临床科室的医护人员以及基层医院、疗养院、社区门诊的全科医师。

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

作者简介

王水怡，解放军第三零二医院原感染内科及门诊主任医师、教授，传染病防治专家。

毕业于原北京医学院医疗系，并在上海医科大学、华山医院专修内科感染病及抗生素结业；从事传染病专业医、教、研工作47年；1992年入编《中国当代名医辞典》；现任国家级杂志《传染病信息》杂志社主编。

擅长诊治各种肝病及常见传染病，对当前我国肝炎、肝硬化、脂肪肝的中西医结合防治独树一帜，对食疗药膳、营养免疫学、护肝保健调养的研究也有较深造诣，1995～2008年曾被聘为卫生部急诊医学培训基地教授、宋庆龄基金会特邀肝病咨询专家、《健康报》全国远程会诊中心传染病专家、北京中医药大学客座教授、中国医药信息学会北京分会常务理事、中华预防医学会预防医学情报委员、中国中西医结合学会北京医学保健委员、《中国医学论坛报》感染专栏特约主任编委、全军医药评甲3-家、全国肝炎治疗研究中心专家委员会委员，2005年被聘为中国肝病治疗研究会核心专家、临床高级顾问，2007年至今，7次被聘为《医师报》特邀主任编委。

1988年以来参与编写防治传染病的专著16部；亲自主编防治肝病和相关传染病及养生等科普书籍16种；已主编《传染病信息》杂志1～20卷，《艾滋病絮谈（论坛）》1～80期；1981年以来获全军科技进步成果奖9项，国内、军内、其他奖励多项，部分事迹载入《中国名医列传，当代卷》，并入编《新世纪中华国防专家人才传略》。

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

书籍目录

第一章 正确认识脂肪肝1. 为什么说肝脏只是代谢脂肪的化工厂2. 了解脂肪肝为什么首先要懂得“脂肪”的内涵？
“脂类代谢”有什么样的特点3. 脂类代谢的重任全靠肝脏吗4. 脂肪肝就是缺乏储脂功能的肝脏被迫变成脂肪仓库吗5. 脂肪肝就是肝外贴包着厚厚一层猪油样脂肪吗6. 脂肪肝的概念和定义是什么7. 是什么物质在促进脂肪累积于肝脏8. 脂肪肝在中国人群中的患病率有多少9. 中国人酒精性脂肪肝的比例是多少10. 脂肪肝的形成原因如何分类11. 关注肝脏为何不可忽视脂肪肝12. 为什么现代人都应该了解有关脂肪肝的新理念13. 现代脂肪性肝病有哪些特点14. 日常生活中哪些原因可诱生脂肪肝15. 非酒精因素诱发脂肪肝的常见原因有哪些16. 脂肪肝与糖尿病为何容易互为因果17. 为什么说非酒精性脂肪性肝病是值得重视的现代病18. 非酒精性脂肪肝有哪些与肝脏相关的表现形式19. 非酒精性脂肪肝可引起哪些肝外表现20. 脂肪肝患者为何会右上腹痛21. 脂肪肝至少有哪十大危害22. 脂肪肝性肝炎发病机制是什么23. 能参与脂肪肝恶化的“第二次打击”的因素有哪些24. 什么是脂肪性肝病进展为肝硬化的“多重打击”学说25. 肝细胞凋亡在脂肪肝发生肝炎中起什么作用26. 为什么脂肪肝不能作为供肝用于肝移植第二章 如何识别和诊断脂肪性肝病1. 脂肪性肝病都是甘油三酯积聚所致吗2. 酒精性脂肪肝与非酒精性脂肪肝是同一种疾病吗3. 如何区别酒精性脂肪性肝病和非酒精性脂肪性肝病4. 食源性脂肪肝的形成原理和主要临床表现有哪些5. 非酒精性单纯性脂肪肝与非酒精性脂肪性肝炎应该如何区分6. 单纯性脂肪肝的诊断要点是什么7. 脂肪性肝炎的诊断要点有哪些8. 当怀疑自己健康出问题或疑有肝病时，为什么应该去医院化验转氨酶（ALT）9. 用ALT的升高来区分单纯性脂肪肝和脂肪性肝炎的诊断可信度有多大10. 2005年以前和现阶段对药物性脂肪肝是如何分类的11. 哪些化验结果可帮助诊断脂肪肝患者的代谢综合征12. 怀疑脂肪肝的患者如何选择检查手段13. 诊断脂肪肝是B超好还是CT好14. 基层医院、农乡卫生院的全科医生如何诊断脂肪肝15. 医师应采集患者哪些相应病史、体检和理化检查结果，并如何对脂肪性肝病的初诊进行评估……第三章 脂肪肝与营养、免疫及保健之间的关系第四章 脂肪肝的基础治疗第五章 脂肪性肝病的饮食调养和忌宜第六章 酒精性脂肪肝的防治和食疗第七章 重视儿童脂肪肝的防治第八章 非酒精性脂肪肝的治疗理论和用药对策第九章 药学专家谈脂肪肝的药物干预和重点用药附录

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

章节摘录

第一章 正确认识脂肪肝1. 为什么说肝脏只是代谢脂肪的化工厂肝脏是人体化工厂的内涵早已为人们所熟知。

当你还在母亲腹中的时候，肝脏就能为你制造血液；而在你出生后，它主要为你制造各种蛋白质，还能合成大部分血浆蛋白。

当肝脏有病时，血浆蛋白制造锐减，就会出现腿肿或腹水；肝脏要为你身体健康成长提供所需要的酶类，例如在肝细胞中就含有丰富的丙氨酸氨基转移酶（ALT或GPT），当肝细胞发炎或坏死时，这种酶会释放到血液中，医院就利用检测转氨酶升高的方法来协助诊断肝炎、肝硬化等疾病；肝脏还为你制造凝血因子，让你从皮肤到内脏的伤口停止流血；肝脏能制造胆汁，帮助你消化食物，当发生肝病时，肝脏处理胆汁中胆红素的能力会下降，有的患者皮肤、眼白就会发黄，医学上称为“黄疸”。

肝脏这个化工厂还能帮助你清除环境及侵入人体的毒素，所以又被称为人体的解毒器官。

喝酒的人，酒的主要成分乙醇会变成更毒的乙醛，少量饮酒者，肝脏中的酶会把有毒的乙醇、乙醛氧化为水和二氧化碳。

大量饮酒超过了肝脏的负荷量就会引起酒精性脂肪肝和酒精性肝硬化、肝癌。

肝脏这个化工厂能吸收、转化储藏“糖类”，是人体产生和供给热量的主要来源。

这里所说的“糖类”，指的是碳水化合物（含单糖、双糖和多糖）。

五谷杂粮中80%的成分是糖类，其中主要是淀粉，淀粉就是多糖中的一种。

多糖进入消化道以后，经过消化、水解为葡萄糖，才能吸收至肝脏，然后被人体所利用。

如果吃500克粮食，人体能获得400克的葡萄糖。

葡萄糖被吸收至肝脏后，大部分葡萄糖进入血液循环，成为血糖，供给人体日常组织细胞利用；少部分的血糖，就以“糖原”形式储存在肝脏，就像电池储藏能量，随时供脑力、体力劳动所急需。

另外，肝脏这个化工厂还能将蛋白质、脂肪转化成糖原或葡萄糖，也可能将体内过多的糖原转化为脂肪，运输到脂库（腹、腰、臀、皮下）等部位储存起来。

所以有些人尽管吃素食，但吃水果太多，或吃五谷杂粮超过人体劳动和生活所需，也会成为肥胖和脂肪肝或血脂异常的患者。

肝脏这个化工厂对于脂肪来说，在脂肪的消化、吸收、分解、合成与运输等过程中，都具有重要作用。

如肝脏能分泌胆汁，主要为促进食物中脂肪的消化和吸收；肝脏能利用葡萄糖和某些氨基酸合成脂肪、胆固醇和磷脂，成为血液中胆固醇和磷脂的主要来源；肝脏从消化道吸收食物中的甘油三脂，在肝细胞内进行同化，然后把过多的甘油三脂运送到腹部、臀部、腰部和皮下脂肪组织内储存；人在饥饿的时候，储存的脂肪又会被动员到肝脏中，进行分解代谢，变成糖原或葡萄糖，供给人体工作、学习、生活中的“能量”所需。

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

编辑推荐

《脂肪肝防治与饮食调养必读》由中国妇女出版社出版。

<<脂肪肝防治与饮食调养必读>>

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:<http://www.tushu007.com>