

<<脂肪肝防治必读全书>>

图书基本信息

书名：<<脂肪肝防治必读全书>>

13位ISBN编号：9787512703285

10位ISBN编号：7512703287

出版时间：2012-9

出版时间：中国妇女出版社

作者：曹建彪 编

页数：187

字数：220000

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>

<<脂肪肝防治必读全书>>

内容概要

肝为人体精气之源、脏腑之根，无论怎样形容它的重要性都不过分。它不仅是人体排解毒素、藏血舒筋的重要脏器，而且还是一个人情绪好坏、精神状态变化的主要决定者。

《脂肪肝防治必读全书》是肝病专家总结出的脂肪肝防治的方法大全、经验大全，它既可为正常人群护肝养肝所用，又可为脂肪肝患者的治疗与保健提供帮助。

《脂肪肝防治必读全书》通俗易懂，作者把丰富的医学知识和读者喜闻乐见的阅读方式结合起来，从“解密脂肪肝的常识”“脂肪肝的症状知多少”“脂肪肝的病因与诊断”“得了脂肪肝该如何治”“吃什么可让脂肪肝退散”“脂肪肝的运动疗法”“脂肪肝逆转的中药疗法”“脂肪肝患者如何进行生活调养”等方面入手，向读者详细介绍脂肪肝的危害及防治方法。

《脂肪肝防治必读全书》编排具有现代气息，希望它能够帮助脂肪肝病患者构建良好生活方式，远离脂肪肝所导致的并发症。

<<脂肪肝防治必读全书>>

作者简介

曹建彪，中国人民解放军全军肝脏病治疗中心主任。
主任医师、医学博士、博士研究生导师，担任5家杂志编委。

毕业于上海第二军医大学，从事消化病研究、诊疗工作20余年，曾任北京军区总医院消化内科副主任、胰胆内科主任，现任解放军全军肝脏病治疗中心主任。
中华预防医学会循证学会常委，中华医学会消化学会肝胆胰协作组委员，北京军区感染病专业委员会副主任委员。

专长为肝胆胰病、胃肠病、消化内镜临床诊疗，擅长肝胆胰肿瘤诊断和内镜微创治疗等。

目前主持6项重大科研课题的研究，已发表论文90余篇，参编论著5部。
获军队临床成果二等奖1项，军队科技进步三等奖2项。

<<脂肪肝防治必读全书>>

书籍目录

第一章 解密脂肪肝的常识

随着人们生活水平的不断提高，脂肪性肝病现已成为仅次于病毒性肝炎的第二大肝病，已被公认为隐蔽性肝硬化的常见原因，严重威胁国人的健康。

那么，脂肪肝到底是一种什么样的疾病？

它可以治愈吗？

脂肪肝都存在哪些危害？

对于还未被这一疾病“盯”上的人来说，它离我们又有多远呢？

要解开这些谜团，就要从了解脂肪肝的常识开始。

了解脂肪肝，先要了解肝和脂肪

脂肪肝到底是怎么回事

脂肪肝离我们有多远

脂肪肝是否真的无大碍

第二章 脂肪肝的症状知多少

在临床上，被检查出患有脂肪肝的患者有许多是没有症状的。

有资料表明，无症状性脂肪肝占脂肪肝患者总数的31.3%，有48%~100%非酒精性脂肪肝患者无肝病症状。

但是这并不是说所有的脂肪肝患者都没有临床表现，有些脂肪肝患者不但有症状而且表现明显。

而不同类型的脂肪肝患者其具体表现也各不相同。

本章就是告诉大家如何从各个方面更为全面地了解脂肪肝的表现，及早发现脂肪肝。

脂肪肝有哪些典型症状

不同类型脂肪肝的临床表现

第三章 脂肪肝的病因与诊断

俗话说，水有源，树有根。

任何疾病的产生也是有一定原因的，这个原因也许是病毒，也许是不良生活方式，也许是不良饮食习惯找出疾病产生的原因，进行正确的诊断是治疗疾病的前提条件。

那么，引起脂肪肝的因素都有哪些呢？

怎样进行正确的诊断呢？

是什么让你“中招”的

脂肪肝的鉴别和诊断

第四章 患了脂肪肝该如何治

对于已经检查出脂肪肝的患者来说，如何治疗是他们最为关心的问题。

不少脂肪肝患者会盲目服用各类保健品、去脂保肝药物，结果不仅不能控制病情，相反还会有损患者的健康。

由于脂肪肝与肥胖、糖尿病和血脂异常等有密切关系，其病程的长短不一，患者合并其他疾病的情况也不尽相同，因此，在使用药物方面就更为复杂。

那么，得了脂肪肝后到底该如何治疗呢？

.....

第五章 吃什么可让脂肪肝“退散”

第六章 脂肪肝的运动疗法

第七章 脂肪肝逆转的中药疗法

第八章 脂肪肝患者如何进行生活调养

<<脂肪肝防治必读全书>>

附录

<<脂肪肝防治必读全书>>

章节摘录

肝是人体最大的腺体，在身体里面扮演的是一个相当重要的角色，它几乎参与了体内的一切代谢过程，如生成胆汁、储存糖原、分解红细胞、合成血浆蛋白、解毒、凝血、免疫、产生热量和调节水与电解质平衡等。

它每时每刻都在各种催化酶的参与下，进行各种各样的化学反应。

因此，肝脏被喻为“人体最大的化工厂”。

总的来说，肝脏在人体中的作用主要包括以下几个方面。

1. 物质代谢 肝脏的代谢包括合成代谢、分解代谢和能量代谢。

人每天摄入的食物中含有蛋白质、脂肪、糖类等各种营养物质，这些物质在胃肠内初步消化分解为葡萄糖、氨基酸、甘油及脂肪酸，之后被吸收入血，但是这些物质并不能被身体直接利用，它们还需要在肝脏内经过转化才能变成人体所需要的营养成分。

肝与糖代谢：食物中的糖类经过消化系统的消化转变成葡萄糖，葡萄糖在小肠被吸收入血。

血糖就是指血液中的葡萄糖，人体一切生理活动均依赖血液中的葡萄糖提供热量。

血糖随着血液被输送到各个组织、器官而被吸收、利用，多余的葡萄糖则在脂肪组织中转化为脂肪。

脂肪生成过多，就会导致肥胖。

血糖过高，超过正常值者逐渐形成糖尿病；血糖过低，人的生命活动，特别是大脑细胞功能都会发生障碍，临床上会出现神志不清、嗜睡、昏迷等症。

肝在糖代谢的众多作用中最重要的是维持血糖浓度的稳定，以保证全身（特别是脑组织）糖的供应。

肝功能受损时，血糖经常会发生变化，人就会感到乏力、疲倦、出冷汗、心慌、气促等不适。

肝与蛋白质代谢：进入肝的氨基酸，约1/5未经处理进入体循环，约4/5在肝内合成蛋白质，也进行脱氨、转氨等作用。

肝合成的蛋白质进入血液循环，供全身器官组织需要。

肝合成的蛋白质种类很多，除自身蛋白外，还合成血浆蛋白、纤维蛋白原、凝血酶原、球蛋白和白蛋白等。

肝功能受损时，合成蛋白会明显减少，血浆渗透压降低，经常会出现双下肢凹陷性水肿，并形成腹水。

肝与脂类代谢：脂类包括脂肪、磷脂和胆固醇。

肝是脂类合成、转运、代谢的重要场所。

人体每天从膳食中摄入的脂类，有95%为甘油三酯，其余为磷脂及胆固醇。

这些脂质经过诸多消化液的作用生成容易吸收的甘油和脂肪酸，并装配上载脂蛋白，而形成乳糜微粒，通过淋巴管和肝门静脉进入血液。

进入血液的乳糜微粒到达肝内毛细血管时，又会被肝脏巨噬细胞分解为甘油三酯和脂肪酸。

肝具有代谢脂类物质的强大功能，但肝不能储存脂肪，而是将脂肪输送到全身。

过多的甘油三酯运送到腹部、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进行分解代谢，变成糖原或葡萄糖，供给人体工作、学习、生活的“能量”所需。

肝也是合成胆固醇最为活跃的器官。

肝将肝外的胆固醇转移到肝内，然后不断转化为胆汁酸，以防止体内胆固醇的超负荷。

肝也是胆固醇的主要排泄器官，来自身体各组织器官和自身合成的胆固醇随胆汁排出体外。

.....

<<脂肪肝防治必读全书>>

编辑推荐

每个渴望健康的人都应阅读的保肝护肝枕边书——肝病专家凝聚最宝贵的经验奉献最精华的方法

<<脂肪肝防治必读全书>>

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>