

脂肪肝与“多吃少动”相关
乙肝患者不要过于疲劳
酒精肝患者须及时戒酒

应对慢性肝病 这位教授这样支招

随着生活方式的改变,很多人已经发现,身边出现肝脏问题的人正越来越多,其中很大一部分就是慢性肝病。脂肪肝、酒精肝、乙肝、慢性药物性肝病等都是慢性肝病,对于这些慢性肝病,应该如何治疗?又该如何预防?

10月20日,《甬上名医大讲堂》邀请到了上海交通大学医学院附属仁济医院消化内科执行主任马雄教授,这位肝病专家对慢性肝病的相关知识进行了深入浅出的讲解。



马雄教授(左)做客《甬上名医大讲堂》。

1 瘦子为啥也会得脂肪肝?

慢性肝病是指各种原因所导致的肝脏慢性损害,在所有慢性肝病中,脂肪性肝病是对肝脏健康威胁最大的慢性肝病之一。当前,脂肪肝的患病率很高,相关流调数据显示,我国脂肪肝患病率达到29%。

“通俗地讲,脂肪肝其实就是肝细胞发胖了,它里面有太多的能量代谢不掉,便以脂肪的形式储存在肝细胞里。脂肪肝跟‘多吃少动’密切相关,能量摄入过多而消耗太少,容易导致脂肪肝。”

马教授表示,脂肪在肝细胞中堆积到一定程度后,肝细胞就会受损,从而引起周围的炎症。虽然病程进展比较缓慢,但不容小觑,因为如果置之不理,久而久之可能导致肝纤维化、肝硬化甚至肝细胞癌等严重后果。

有些人明明很瘦,体检出来却有脂肪肝,这又是什么原因?对此,马教授介绍,相关研究显示,瘦子得脂肪肝往往可能与酒精或者药物摄入这些因素有关,也可能与脂代谢异常有关,具体可通过相关检查来排除。

2 乙肝患者能否结婚生子?

除了脂肪肝,乙肝(慢性乙型病毒性肝炎)在人们日常生活中的讨论度也很高。因为乙肝具有传染性,常常会引起一些与婚育相关的话题。

马教授表示,对于乙肝,现在提倡应检尽检、应治尽治,特别是如果有乙肝家族史,比如父母、亲戚中有乙肝引起的肝硬化甚至肝癌,那么一定要积极检查,一旦确诊应尽早进行抗病毒治疗,现在的抗病毒治疗药物比较多,效果也非常好。

马教授提醒:乙肝患者除了要积极检查

治疗外,也不要过于疲劳,因为在疲劳情况下人体的免疫功能会下降,乙肝病毒更容易大量复制,可能引起急性肝功能衰竭等急重症。此外,日常饮食应尽量清淡一些,不要在乙肝上面又合并脂肪肝,那就更麻烦了。

提到乙肝,大家最关心的可能还是它的传染性。很多人会有这样的疑问:得了乙肝可以结婚生子吗?马教授表示,对于乙肝,现在有很好的检测和治疗手段,经过治疗后,如果病毒检测结果顺利转成阴性,那就不具有传染性了,对结婚生子不会有什么影响。

3 如何应对酒精肝?

酒精性肝病是由于长期大量饮酒导致的肝脏疾病,初期通常表现为脂肪肝,进而可发展成酒精性肝炎、肝纤维化和肝硬化。据了解,近年来酒精性肝病住院患者的比例不断上升,酒精性肝病已成为严重危害人们肝脏健康的慢性肝病之一。

马教授介绍,如果长期饮酒过量,甚至是酗酒,那么肝细胞就容易受到严重损伤,从而影响正常的肝功能。酒精肝的症状跟

一般的肝病差不多,通常也会出现乏力、胃纳减退甚至黄疸等。

据介绍,得了酒精肝后如果能及时戒酒,那么病情往往可以得到比较好的控制。“因为酒精性肝病在初期时,患者的肝脏并不是很小,反而是大的,这就给我们一些逆转或者缓解的机会,就怕患者仍然大量饮酒,这样的话就比较危险了。”

记者 吴正彬 通讯员 陈思言



宁波日报报业集团
NINGBO DAILY GROUP



甬派App订报



微信订报

拓宽阅读 **深度**

宁波日报 宁波晚报 现代金报

2024年订阅正在进行

《宁波日报》全年定价:420元

《宁波晚报》全年定价:360元

《现代金报》全年定价:290元

