

<<肝病调养100招>>

图书基本信息

书名：<<肝病调养100招>>

13位ISBN编号：9787500844716

10位ISBN编号：7500844719

出版时间：2009-9

出版时间：中国工人

作者：健康100丛书编委会 编

页数：200

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>

<<肝病调养100招>>

内容概要

100个肝病患者保肝、护肝不可不知的知识。

中西医结合，让您自然增强身体的免疫力。

千年良方和一学就会的方法，助您全方位养肝。

本书从相关病症的基本知识开始，指导读者正确摄取食物及各种营养素，从而远离疾病；并从中医学的角度，指导疾病患者使用简易有效的中药材调养身体，让忙碌的现代人快速缓解、改善相关疾病症状，增强身体的免疫力，以达到治疗疾病、预防疾病的目的。

<<肝病调养100招>>

书籍目录

- 第一篇 认识肝病篇
1. 肝脏在人体机能里扮演什么样的角色？
 2. 什么是病毒性肝炎？
 3. 什么是“大三阳”、“小三阳”？
 4. 哪些人群最易患脂肪肝？
 5. 酒对肝脏有哪些不良影响？
 6. 肝功能检查如何因人而异？
 7. 怎样正确分析肝炎化验单？
 8. 如何判断是否是乙肝病毒携带者？
 9. 为何乙肝病人不要盲目追求“转阴”？
 10. 乙肝疫苗接种的对象有哪些？
 11. 为何吸烟者接种乙肝疫苗成功率低？
 12. 乙肝病毒感染者可以结婚生育吗？
 13. 乙肝产妇可以喂奶吗？
 14. 父母如何为乙肝孩子“减负”？
 15. 中老年丙肝患者发生肝硬化的危险性高吗？
 16. 丙肝病人肝功能正常还需治疗吗？
 17. 戊肝与甲肝的表现有什么不同？
 18. 为何脂肪肝成为“的哥”的职业病？
 19. 乙肝合并脂肪肝应如何治疗？
 20. 肝硬化有哪些早期信号？
 21. 肝硬化病人应何时住院？
 22. 早期肝癌有哪些信号？
 23. 哪些病易被误诊为肝癌？
 24. 如何警惕慢性肝炎癌变？
 25. 如何确认乙肝转为肝癌？
 26. 为何药物性肝病的危害易被忽视？
- 第二篇 生活调养篇
27. 肝病病人怎样做到健康、工作两不误？
 28. 肝炎病人如何进行气功调养？
 29. 肝炎病人如何进行运动调养？
 30. 肝炎病人如何进行自我按摩？
 31. 肝病患者如何过性生活？
 32. 肝炎的传染性何时最强？
- 如何控制病毒传播？
33. 为何春季护肝正当时？
 34. 肝病患者为什么要保持大便通畅？
 35. 肝炎患者能长期看书、看电视吗？
 36. 不胖也要防脂肪肝吗？
 37. 脂肪肝患者如何进行运动调养？
 38. 病毒性肝炎患者在家该如何消毒隔离？
 39. 乙肝表面抗原携带者日常生活中应注意什么？
 40. 为什么乙肝患者不能大量吸烟
 41. 为什么说人老肝也老？
- 老年人应如何养肝？
42. 患上肝炎是否会影响性功能？
 43. 肝炎病人可选用哪些避孕方法？
 44. 慢性肝炎病人能妊娠吗？

<<肝病调养100招>>

- 45. 妊娠期患肝炎怎么办？
 - 46. 如何判断是否是妊娠急性脂肪肝？
 - 第三篇 饮食调养篇 47. 肝病患者如何补充充足的维生素？
 - 48. 肝病患者为什么宜吃高蛋白饮食？
 - 49. 肝病患者适度多吃些鱼有什么好处？
 - 50. 肝病患者如何合理食用大豆及豆制品类食物？
 - 51. 肝炎患者为什么不宜过量吃糖与进食高热量的食物？
 - 52. 肝炎患者应食用的补钙食品有哪些？
 - 53. 肝病患者为何要限制油腻煎炸食物？
 - 54. 肝病恢复期为何不宜暴饮暴食？
 - 55. 肝炎患者为什么要忌酒？
 - 56. 动物肝脏对肝病有哪些食疗作用？
 - 57. 肝病患者如何合理食醋？
 - 58. 肝炎患者如何饮用牛奶？
 - 59. 冬春时节，肝病患者如何调养饮食？
 - 60. 伏暑天，肝病患者如何调理饮食？
 - 61. 秋天肝病患者饮食为何要清淡滋润？
 - 62. 肝炎患者慢性期如何进行饮食调养？
 - 63. 重症肝炎患者如何进行营养支持？
 - 64. 儿童肝炎患者如何进行饮食调养？
 - 65. 肝病恢复期患者如何进行饮食调养？
 - 66. 病毒性肝炎患者如何补充蛋白质食物？
 - 67. 病毒性肝炎患者应吃哪些水果，但哪些又不能多吃？
 - 68. 病毒性肝炎患者如何安排一日和一周的食谱？
 - 69. 如何调养“澳抗”阳性者的饮食？
 - 70. 如何安排“澳抗”阳性者的一日与一周食谱？
 - 71. 丙肝病人为何不可吃得太饱？
 - 72. 对脂肪肝患者如何进行饮食调养？
 - 73. 对肝硬化患者如何进行营养支持？
 - 74. 肝癌病人的饮食应注意什么？
 - 75. 肝炎病人妊娠期怎样调养营养？
- 第四篇 中医调养篇 第五篇 保健食品篇

<<肝病调养100招>>

章节摘录

插图：如果肝硬化患者出现了黄疸，或是原先相对稳定的黄疸突然加重，则表明肝细胞出现了新的破坏，此时应尽快住院进行检查与治疗。

如果黄疸呈进行性升高，且伴发消化道症状，如高度恶心呕吐、食欲不振、尿少等症，则表明仅剩的少许正常肝细胞又出现了坏死现象。

有的肝硬化患者在多次化验之后显示只有轻度的黄疸，并无其他明显的不良状况，则不必整日忧心忡忡，因为这可能是由于细胞再生过程中生成大小不一的结节，使肝内的毛细血管受到压迫，从而影响胆汁排出，使胆汁逆流进血液所致。

肝硬化患者还可能会出现腹胀等症状，这是因为肝硬化会导致门静脉压力升高，从而致使肠胃道淤血水肿、消化液分泌出现异常，进而影响对食物的正常消化吸收，一旦食物在肠道中发酵、腐败，就会产生气体，从而引起腹胀。

患者可以通过调节饮食，并配合服用帮助消化的药物会缓解痛苦，若腹胀依然无法消去，且有加重的兆头，即表明肝硬化可能已经加重。

如果腹胀的同时还出现尿量减少，则可能会出现腹水，这时应尽早赶往医院，进行住院观察与治疗。

<<肝病调养100招>>

编辑推荐

《肝病调养100招》：100个肝病患者保肝、护肝不可不知的知识中西医结合，让您自然增强身体的免疫力千年良方和一学就会的方法，助您全方位养肝

<<肝病调养100招>>

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>