

# 乙肝的日常预防和护理

演讲人：

日期：



PROJECT

# 目录

## CONTENTS

- 乙肝基础知识
- 乙肝预防措施
- 乙肝患者日常护理要点
- 家庭环境优化建议
- 社会支持与资源整合





# 01 乙肝基础知识



# 乙肝定义与分类

## 乙肝定义

慢性乙型病毒性肝炎（简称慢性乙肝）是指慢性乙肝病毒检测为阳性，病程超过半年或发病日期不明确而临床有慢性肝炎表现者。

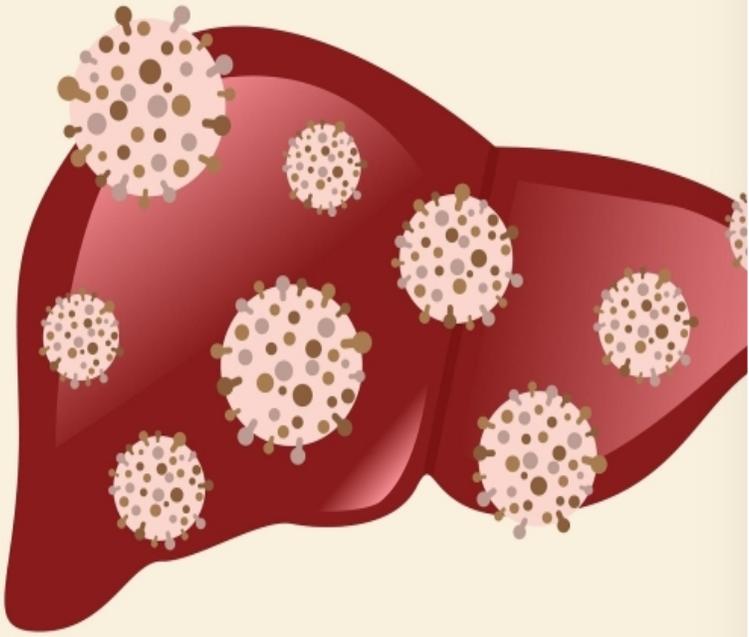
## 乙肝分类

根据临床表现分为轻度、中度和重度。



# 发病原因及危险因素

## Hepatitis C virus



### 发病原因

乙型肝炎病毒感染是导致慢性乙肝的主要原因，其传播途径包括母婴传播、血液传播、性传播等。

### 危险因素

未接种乙肝疫苗、多个性伴侣、接触感染血液、使用未经严格消毒的医疗器械等。

# 临床表现与诊断方法

## 临床表现

慢性乙肝患者可能出现乏力、畏食、恶心、腹胀、肝区疼痛等症状。肝大，质地为中等硬度，有轻压痛。病情重者可伴有慢性肝病面容、蜘蛛痣、肝掌、脾大等症状。

。

## 诊断方法

通过检测乙肝病毒标志物、肝功能指标以及肝脏影像学等方法进行诊断。



# 乙肝对健康的危害

01

## 肝脏损伤

乙肝病毒会不断攻击肝脏细胞，导致肝脏受损，进而影响肝脏功能。

02

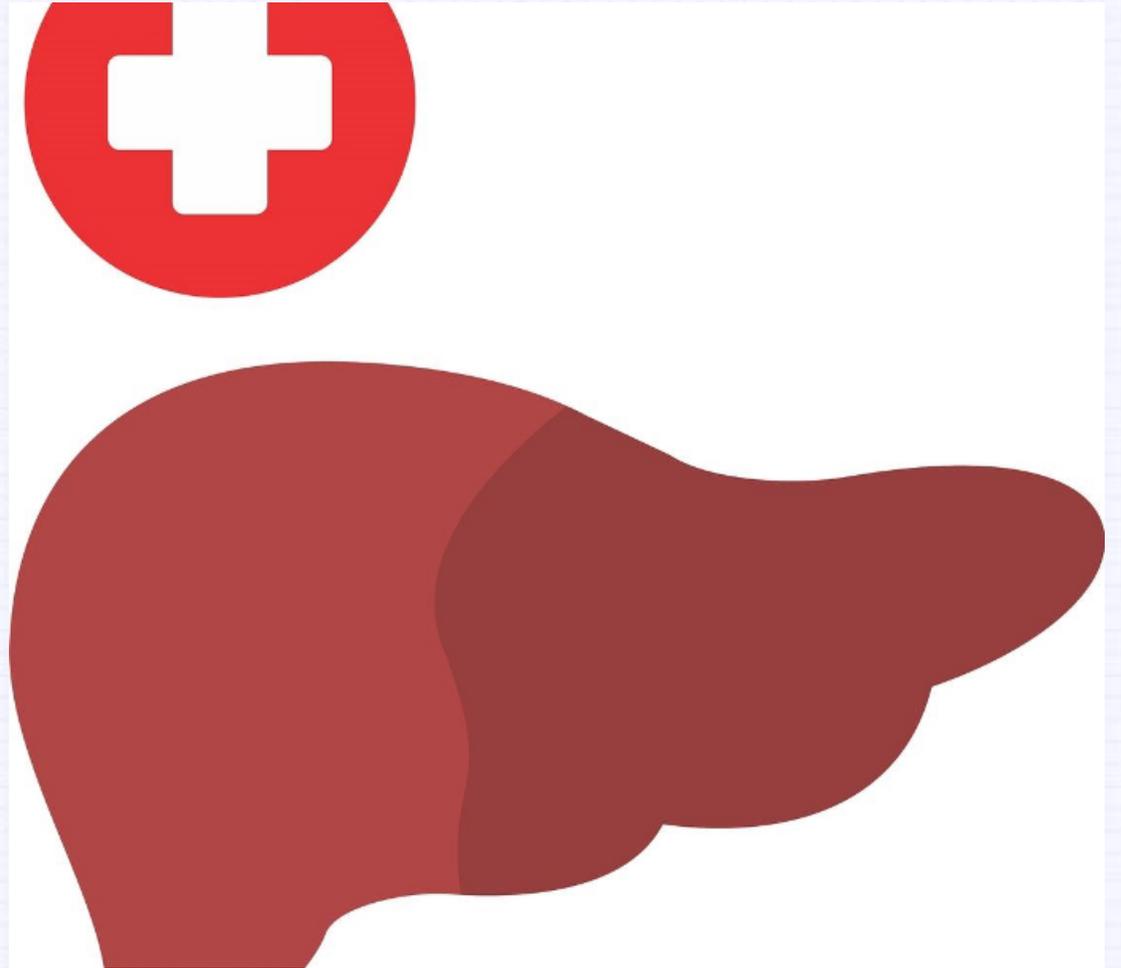
## 并发症风险

慢性乙肝患者容易发展为肝硬化、肝癌等严重并发症。

03

## 传染性强

乙肝病毒具有较强的传染性，容易传播给他人，造成社会负担。

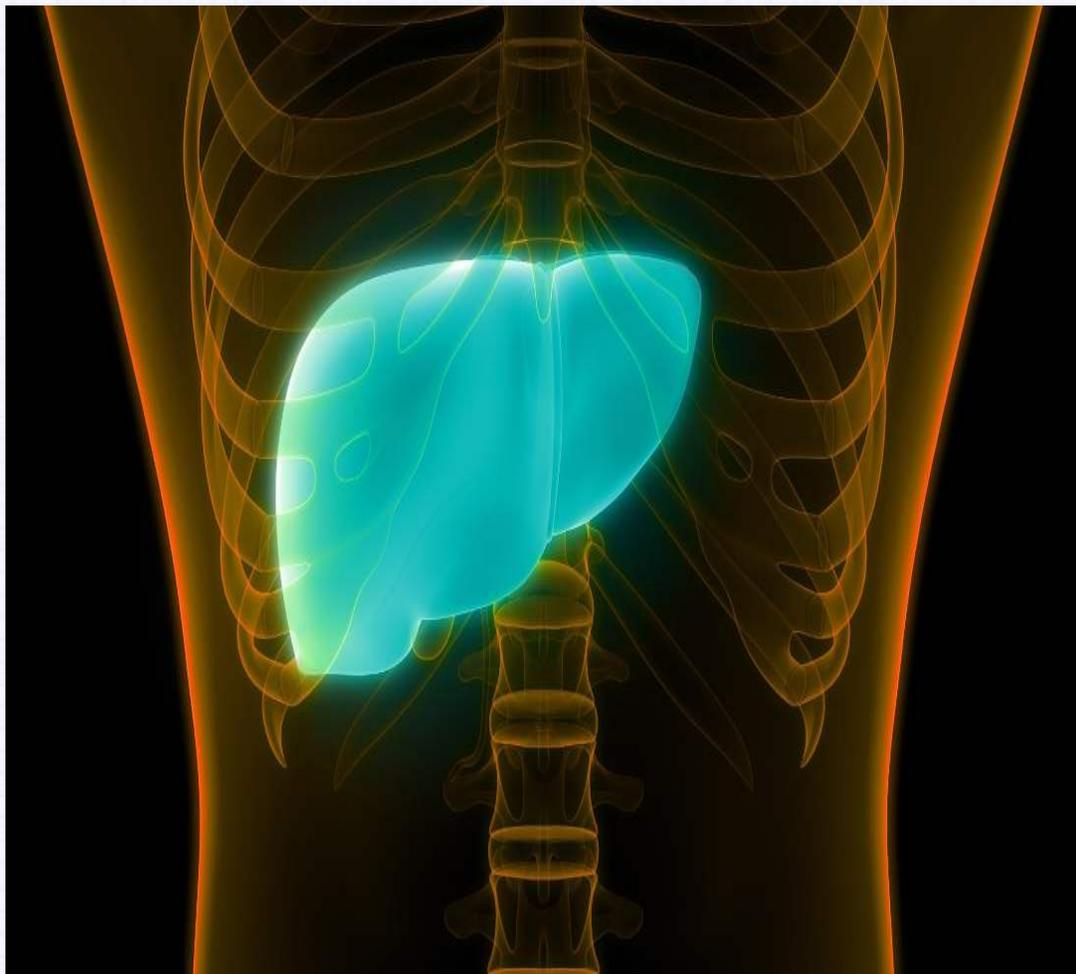




# 02 乙肝预防措施



# 病症概述



## 慢性乙型病毒性肝炎

指慢性乙肝病毒检测为阳性，病程超过半年或发病日期不明确而临床有慢性肝炎表现者。

## 临床表现

乏力、畏食、恶心、腹胀、肝区疼痛等症状，病情重者可伴有慢性肝病面容等。

## 病理变化

肝大，质地中等硬度，有轻压痛，可发展为肝纤维化、肝硬化等。

# 病症的成因



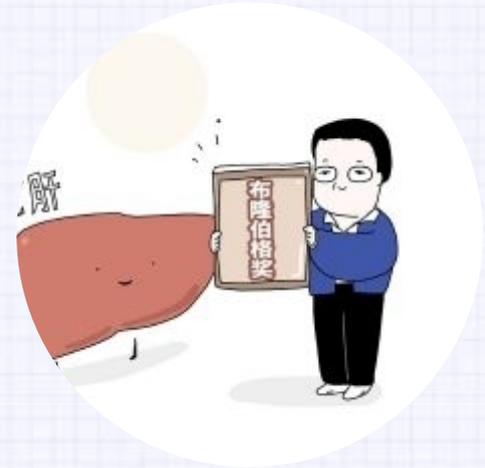
## 乙肝病毒感染

主要病因为乙肝病毒感染，病毒通过血液、性接触和母婴传播等途径侵入人体。



## 免疫因素

免疫功能异常，无法有效清除病毒，导致病毒持续复制和肝脏损害。



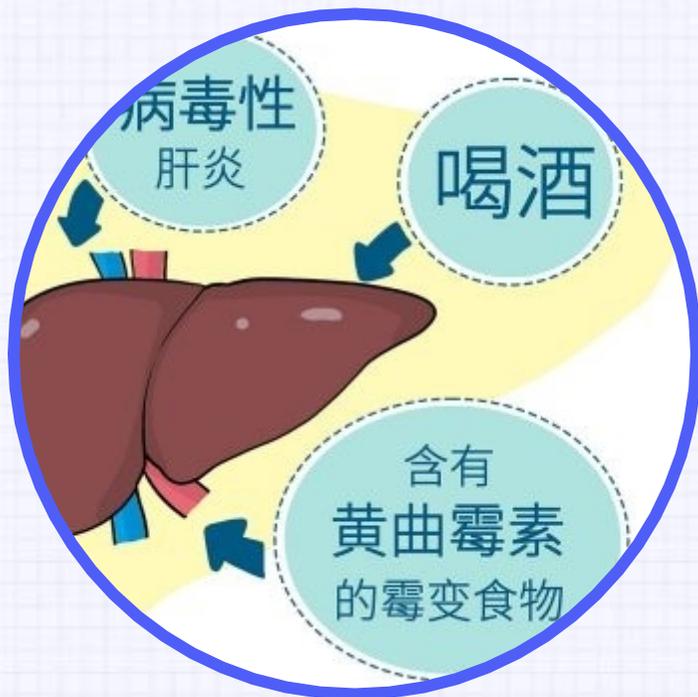
## 遗传因素

遗传因素可能增加个体对乙肝病毒的易感性。

# 病症的传染性

## 传染源

慢性乙肝患者及乙肝病毒携带者。



## 传播途径

血液传播、性接触传播、母婴传播等。

## 预防措施

接种乙肝疫苗、避免血液暴露、安全性行为等。



03

# 乙肝患者日常护理要点



# 合理膳食结构调整



## 控制脂肪摄入

少食用油腻食物，减少脂肪在肝脏的堆积，降低脂肪肝的发生率。

## 增加蛋白质摄入

适量食用鱼、瘦肉、蛋类等富含优质蛋白质的食物，有助于肝细胞的修复和再生。

## 多吃富含维生素的食物

如新鲜蔬菜、水果等，以补充足够的维生素，有利于肝细胞的修复和免疫功能的提高。

## 避免刺激性食物和饮料

如辛辣、油炸、烧烤等刺激性食物以及含酒精的饮料，以免加重肝脏负担。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/268051027005007011>