

肝硬化患者的建档管理

感染科



20至40岁人群已成为肝病高发人群，疏于检查和
治疗不规范是最主要原因

医生我还年轻怎么会得了肝硬化呢？

病历

现代社会人们越来越注重身体的健康，健康体检已经成为了我们每年的“健康约会”，在近些年来的体检报告中经常会看见一个词叫做“肝硬化”，人们对肝硬化的认识也是五花八门，那什么是肝硬化？为什么现在出现了越来越多的肝硬化？得了肝硬化我们又需要注意什么？今天我们来聊一聊肝硬化。



目录

1 肝硬化的概念-致病原因

2 肝硬化的高发人群-危害

3 肝硬化的治疗

4 肝硬化如何预防

5 肝硬化病人的生活禁忌

6 肝硬化病人的养生指南

7 肝硬化的监测-管理制度



肝硬化



肝脏是我们体内最大的消化腺，是我们体内新陈代谢的中心站。由于一种或多种病因长期或反复作用形成的弥漫性肝损害就是我们所说的肝硬化。肝硬化是一种慢性进行性肝病，长期的损伤会造成肝脏质地变硬，肝脏结构破坏，肝细胞坏死，形成肝纤维化，最终导致肝脏失去功能。

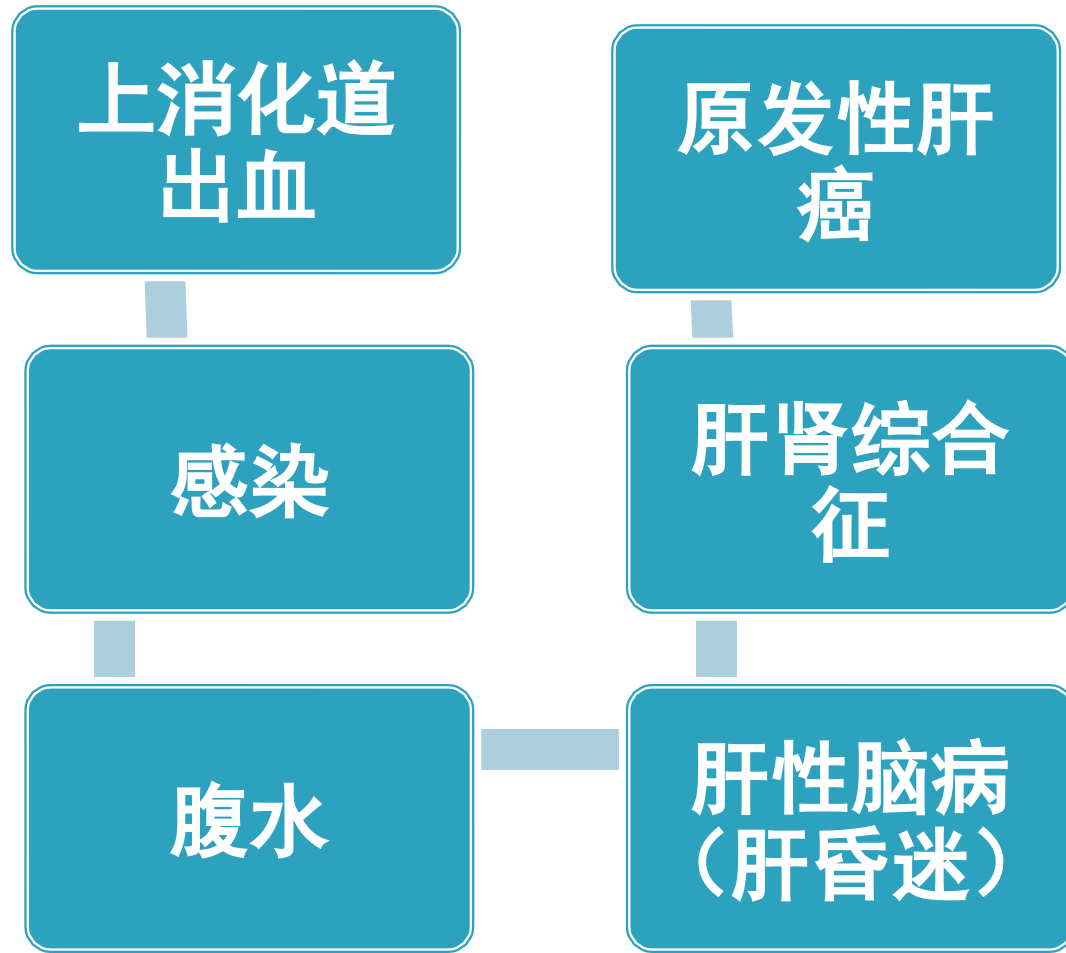
肝硬化的致病原因



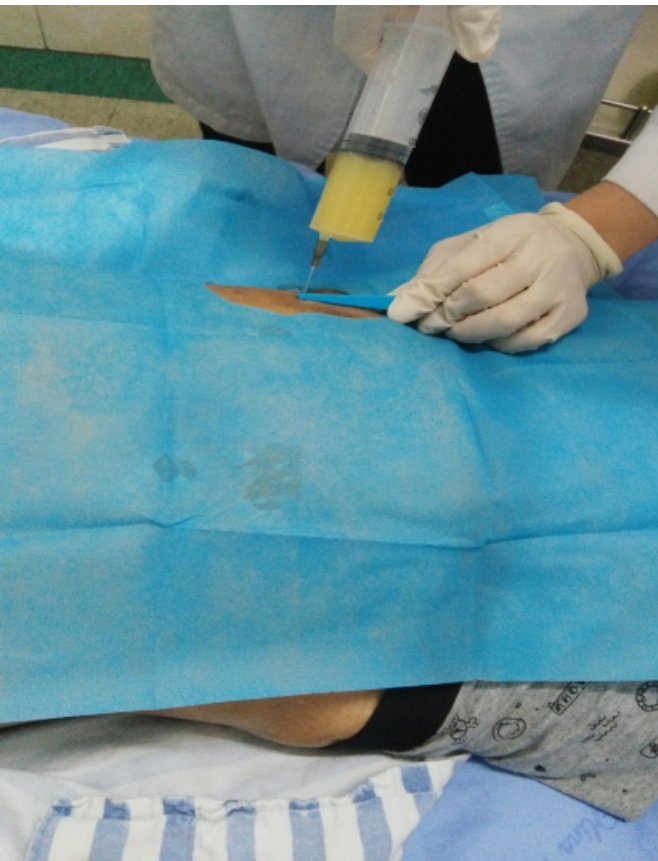
肝硬化的高发人群

- 1、长期酗酒者，长期大量饮酒导致肝细胞损害，发生脂肪变性、坏死、纤维化，并发展到肝硬化。
- 2、代谢紊乱人群，血友病等遗传代谢缺陷均可导致肝硬化。
- 3、另外肝炎病毒感染者，常见的是乙型肝炎病毒、丙型肝炎病毒及丁型肝炎病毒的感染者。这些肝炎转化为慢性肝炎后，就容易发展为肝硬化；肝脏淤血者，长期反复的慢性心功能不全、缩窄性心包炎以及肝静脉阻塞，这些疾病可引起肝脏淤血，使肝细胞缺氧而坏死、变性，终也可导致肝硬化的发生。

肝硬化的危害



上消化道出血当属最危险的并发症。据统计，肝硬化门脉高压引起的食管胃底静脉曲张破裂出血是肝硬化患者首位直接死亡原因。其首次出血的死亡率为20%以上；一年内复发出血率为70%，而死亡率高达33%



(一) 针对肝硬化的治疗

A 3D medical illustration with a red background. In the center is a large, textured, reddish-brown liver. Scattered around the liver are numerous white and red capsules. Several blue, spherical viruses with black spikes are also present, some appearing to be on or near the liver. The overall scene suggests a focus on medical treatment and viral pathogens related to liver health.

支持治疗

静脉输入高渗葡萄糖液以补充热量，维持水、电解质、酸碱平衡

病情较重者可输入白蛋白、新鲜血浆

保肝对症治疗

肝炎活动期可给予保肝、降酶、退黄等治疗

门脉高压治疗

腹腔积液的治疗
(腹水浓缩回输)
肝脏移植手术

口服降低门脉压力的药物
如心得安、硝酸酯类、钙
通道阻滞剂；静脉泵加压
素

脾功能亢进治疗 可服用升白细胞
和血小板的药物（如生血宝、地
榆升白片、利可君片等），必要
时可行脾切除术或脾动脉栓塞术
治疗

以上我们了解了肝硬化的危害，知道了肝硬化的致病原因，那我们该如何预防呢？

- 1. 长期规范化的治疗
- 只有抑制住了病毒的复制，才能降低病毒对肝脏的损害。（人类第一例正规肝移植是1963年完成的）



2. 定期的检测

定期的检测可以清楚地了解到自己的病情，避免因耽误治疗而导致的病情加重。定期检测的时间一般为三到六个月，检测的项目可以是肝功能、B超、HBV-DNA等检测项目，具体的应由医生来定。如果忽视了定期检查，那么就是对自己的健康不负责任，了解自己的身体是什么状态是很重要的。



3. 养成良好的生活习惯

这对预防肝硬化很重要，首先平时应尽量避免对肝脏有害的食物和药品，尤其注意要禁酒，大量的饮酒易诱发上消化道出血及肝性脑病，虽然戒酒不能都使肝硬化产生逆转，但可延缓病情；其次就是合理的饮食，平常饮食要以高热量、高蛋白质、多维生素、易消化为主，不要太油腻，也不要吃过咸及腌制的食物，



可以多吃些新鲜的水果蔬菜，勿暴饮暴食或者过度节食，早上最好吃早餐，促进胆汁的排放。多吃枸杞、芹菜等也有利于肝脏细胞的修复；还要注意不能过饱、搬提重物等情况，以免增加腹压、门脉压；还有就是注意休息，不做剧烈的运动，应根据自身情况来确定运动量，锻炼身体能够强化自身的免疫力，提高病毒的抵抗力，运动能促进身体的新陈代谢，提高肝脏功能。



案例一：

现在人压力大，除了**脱发**困扰，白头发也越来越多。

陈女士30多岁的时候就长出了白发，起初只是零星几根，发现就会拔掉。可是年过四十，白发越来越多，陈女士拔不过来，只好去染发。但头发长得快，不到一个月白发就长出来了，“尤其鬓角两侧，只要一个月不染，就特别明显，很显老”。为了掩盖白发，陈女士每个月都去理发店染发，一直持续了十年。

两个月前，陈女士上楼时感觉没有力气，起初没当回事，后来陈女士走几分钟都会累，皮肤也变黄了，直到丈夫发现她的白眼珠也变黄，陈女士才察觉自己可能是病了。

陈女士来到省医院感染内科，做了一系列检查，化验单显示陈女士的胆红素超过了正常人的10倍多，这也是导致她尿液深黄，整个人也变黄的重要原因。已经是肝硬化中晚期，被确诊为化学性**肝损伤**，追溯病史，她并没有服用过损伤肝脏的药物。医生判断，导致肝硬化主要原因为常年染发。

经过20多天的治疗，陈女士的肝脏功能得到改善，但化学**药品**已经对她的肝脏造成了不可逆的损伤，这会增加她患肝癌的风险。

专家观点：某些染发剂中含有会危害肝细胞的有毒成分，久而久之会损伤肝细胞。最好不要染发。如果必须要染，尽量选择植物染发剂，两次染发间隔，至少应在半年以上。

肝硬化病人生活禁忌

- 第一，避免进食高蛋白饮食，不要使用人体肠道内的产氨骤增。
- 第二，尽量避免使用镇静安眠类的药物，避免由此直接引发的肝昏迷。
- 第三，可进食香蕉等水果，保持大便通畅，每日1-2次，始终保持肠道内的氨及时清除。
- 第四，适当补充维生素和益生菌，如维生素C、B2、K和嗜酸乳杆菌，稳定机体内环境。
- 第五，在食欲下降或呕吐、腹泻时，要及时补钾，如饮用黄瓜汁、苹果汁，避免发生低钾性碱中毒而导致肝性脑病。



- 第六，除非出血后的明显贫血，否则一般肝硬化患者避免服用含有铁制剂的营养品或矿物质，因为
- 第七，特别是不要大量进食动物蛋白。除了产氨增多以外，动物蛋白的代谢产物含有较多的芳香氨基酸，可以在肝硬化时抑制脑神经传导而诱发肝昏迷。鱼含有丰富的蛋白质，易消化，好吸收，是病人常吃的营养食品，但要慎重。肝脏就像一个大的化工厂，负责各种物质的合成、分解、代谢和解毒。
- 第八，肝硬化失代偿期的病人以少量食用植物蛋白为宜，因为含芳香氨基酸较少，支链氨基酸较多，可以拮抗部分毒性物质对脑神经功能的阻断。

- 第九，已有静脉曲张者，平时食物应做得细烂些，避免食用过于粗糙的食物，严禁食用坚硬带刺类的食物，如带刺的鱼肉、带骨的鸡肉以及坚果等，以防刮伤曲张的食道静脉或胃底静脉，导致上消化道大出血。
- 第十，可喝酸奶，以促进消化。
- 第十一，忌酒。



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/547126026043006150>