

<<乙肝转阴康复全书>>

图书基本信息

书名：<<乙肝转阴康复全书>>

13位ISBN编号：9787509142554

10位ISBN编号：7509142555

出版时间：2010-11

出版时间：人民军医

作者：张琳//张学彦

页数：216

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>

<<乙肝转阴康复全书>>

前言

乙型肝炎已经成为21世纪人类面临的五大危害生命的疾病之一，全球约有20亿人感染过乙型肝炎病毒，现在慢性乙型肝炎病毒携带者为3.5亿~4.0亿人。

我国是乙型肝炎的高度流行区，慢性乙型肝炎病毒感染者约1-3亿人，其中慢性乙型肝炎患者约2000万人，乙型肝炎表面抗原（HBsAg）阳性率为9.09%。

在全球的前10种疾病死因中，乙型肝炎占第7位。

在我国，每年乙型肝炎现症患者2800万人，其中25%可能发展为肝硬化或肝癌。

更为严重的是，我国每年有40%的女性乙型肝炎病毒携带者通过垂直传播使80多万新生儿受到感染。

慢性乙型肝炎的总体治疗目标是最大程度地长期抑制或消除乙型肝炎病毒，以减轻肝细胞炎症坏死及肝纤维化，延缓疾病进展，减少和防止肝失代偿、肝硬化、原发性肝癌及其并发症的发生，从而延长存活时间和改善生活质量。

慢性乙型肝炎治疗的三大原则是抗病毒、免疫调节和保肝治疗，同时可配合对症治疗、抗纤维化治疗以及饮食、运动、生活调养等。

<<乙肝转阴康复全书>>

内容概要

编者从乙型肝炎病毒的结构及特性，肝的结构及功能讲起，阐释了乙型肝炎及其并发症对人体健康的危害，深入剖析了乙型肝炎的临床表现、各项检查、西医治疗、中医辨证施治、食疗药膳和饮食、生活调养以及乙肝患者的婚育、乙型肝炎的预防等方面的内容。

重点阐释了乙型肝炎三大疗法，即药物治疗、免疫调节治疗和保肝治疗的原则及方法，有助于纠正乙型肝炎防治过程中的种种误区，鼓励患者用科学的方法治疗乙型肝炎，帮助患者树立战胜疾病的信心。

本书语言通俗、结构清晰，可供乙型肝炎患者、乙型肝炎病毒携带者及其家属阅读参考。

<<乙肝转阴康复全书>>

书籍目录

第1章 乙型肝炎病毒 第一节 乙型肝炎病毒的结构和特性 一、乙型肝炎病毒概述 二、乙型肝炎病毒的结构及抵抗力 (一)结构 (二)抵抗力 三、乙型肝炎病毒的特性 (一)感染的慢性化 (二)嗜肝性和泛嗜性 (三)病毒基因易发生变异 (四)具有致癌性 第二节 乙型肝炎血清标记物 一、免疫反应、抗原和抗体 二、什么是乙型肝炎“两对半” 三、乙型肝炎表面抗原(HBsAg)及表面抗体(HBsAb) (一)乙型肝炎表面抗原(HBsAg) (二)乙型肝炎表面抗体(HBsAb) 四、乙型肝炎核心抗原(HBcAg)及核心抗体(HBcAb) (一)乙型肝炎核心抗原(HBcAg) (二)乙型肝炎核心抗体(HBcAb) 五、乙型肝炎e抗原和e抗体 (一)乙型肝炎e抗原(HBeAg) (二)乙型肝炎e抗体(HBeAb) 六、乙型肝炎病毒脱氧核糖核酸(HBV-DNA) 第三节 乙型肝炎的传染力 一、如何判断乙型肝炎病毒的传染力 二、如何判断乙型肝炎传染力的大小 第四节 乙型肝炎病毒携带者 一、乙型肝炎病毒感染的诊断 二、慢性HBsAg携带者(慢性乙型肝炎表面抗原携带者) 三、乙型肝炎病毒(HBV)携带者 (一)慢性HBV携带者 (二)非活动性HBV携带者

第2章 肝的讲座 第一节 肝的位置和形态 一、位置和毗邻 二、大小和形态 第二节 肝的结构和功能 一、肝的结构 (一)肝的内部结构 (二)肝门静脉系统 (三)肝的结构特点 二、肝的功能 第3章 乙型肝炎的临床表现及诊断 第4章 乙型肝炎的药物治疗 第5章 乙型肝炎的生活及运动调养 第6章 乙型肝炎患者的饮食及中医治疗 第7章 乙型肝炎的预防

<<乙肝转阴康复全书>>

章节摘录

插图：（1）急性肝炎或慢性肝炎急性发作期间，应以静养为主，因为此时肝细胞受损，运动后势必加重肝细胞的损害，使病情恶化。

重型肝炎则需卧床休息，其他并不要求绝对卧床休息的情况下，也必须减少运动量。

在症状明显减轻，肝功能明显好转后，可逐渐增加活动量，以不引起患者疲劳为度。

以后随着病情的好转，也要循序渐进的增加运动量。

值得一提的是，注意休息不仅仅是减少活动量，减少脑力劳动也非常重要，卧床熬夜看电视、电脑或者玩游戏，无法保证充足的睡眠时间，从而得不到充分的休息。

（2）慢性肝炎患者的恢复期或稳定期应根据自己的年龄、体质、职业、疾病的轻重和个人爱好的不同，选择适合自己的运动项目。

运动方式可因年龄而异，年轻人的运动方式可以是跑步、打羽毛球、乒乓球等，老年人则可以走路、慢跑、打太极拳等。

禁忌过多的体力和脑力劳动，保证充足的睡眠，切忌熬夜。

（3）乙肝病毒携带者并不是乙型肝炎患者，其肝并没有炎症，肝功能也正常，因此携带者在运动方面的限制不如乙型肝炎患者那么严格。

只要不是太过剧烈的运动都可以进行，但前提是运动后不能有太疲劳的感觉，根据个体情况决定运动的方式和运动量。

乙型肝炎病毒携带者同样也要保证充足的睡眠，切忌熬夜和过度劳累，否则容易引起肝炎发作。

<<乙肝转阴康复全书>>

编辑推荐

《乙肝转阴康复全书》：绿袖健康书系

<<乙肝转阴康复全书>>

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>