第一图书网, tushu007.com

<<体检之后自我改善肝功能>>

图书基本信息

书名：<<体检之后自我改善肝功能>>

13位ISBN编号：9787538153194

10位ISBN编号：7538153195

出版时间：2008-4

出版时间：辽宁科技

作者：栗原毅

页数：143

译者：张军

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

第一图书网, tushu007.com

<<体检之后自我改善肝功能>>

内容概要

《体检之后：自我改善肝功能》是以那些平时没有自觉症状，却在体检或疗养检查中发现了令人担忧的数值的人群为对象而专门出版的。
如果在自觉症状出现之前，我们就能够把握肝脏的异常情况并且采取适当的应对措施，我们就可以做到使支撑生命的重要脏器——肝脏恢复健康。
那么，怎样才能做到这些呢？
在这里向您介绍可以自己做到的各种方法。
通过灵活利用本书来呵护您宝贵的肝脏吧！

第一图书网, tushu007.com

作者简介

栗原毅，日市东京女子医科大学附属成人医学中心教授。
医学博士。
1951年生于新泻县，毕业于北里大学医学系。
现就职于东京女子医币斗大学附属成人医学中心、同青山病院消化系统内币斗。
专攻消化系统内币斗学．特别是肝脏病学。
同时采用MC-FAN仪器(微型视频法)来关注并致力于生活习惯病的预防和治疗。
其著作有《怎么办呢？
——在健康诊疗中得到了这样的结果》《怎么办呢？
——教您健康诊疗结果的对策》等。

第一图书网, tushu007.com

<<体检之后自我改善肝功能>>

书籍目录

前言　体检结果记录栏　第一章　肝脏有哪些功能　肝脏具有与心脏同等重要的功能　肝脏具有3个主要功能　代谢功能1——合成人体血肉之源的蛋白质　代谢功能2——贮藏、排出、储备糖质　代谢功能3——分解、改造肌肉和油脂内的脂质　代谢功能4——维生素、矿物质、激素的代谢　解毒功能——使体内的有毒物质无毒化　生成胆汁功能——通过分泌胆汁来排泄废物　血液检查可了解肝功能的各项指标　◇专栏　肝脏是很难显现症状的“沉默脏器”　第二章　为什么会出现令人担忧的不正常数值　肝炎如不治疗会发展成肝硬化　肝炎可分为急性、慢性、暴发性　病毒性肝炎主要有3种类型　◇专栏　甲型、乙型、丙型之外的病毒性肝炎　免疫系统的自我攻击　因食物和水感染的甲型肝炎　◇专栏　因食用生肉而感染的戊型肝炎　因母婴感染的乙型肝炎　丙型肝炎导致肝癌的风险最大　进食过量和肥胖会导致脂肪肝　每天饮酒会逐渐损伤肝脏　药物有时也会使肝细胞出现炎症　◇专栏　服用国外健康食品的危险性　自身免疫性肝炎　◇专栏　会给肝脏带来损伤的特殊疾病　◇专栏　以下症状是来自肝脏的危险信号　第三章　为什么不进行治疗是非常危险的　脂肪肝不及时治疗有时会导致肝硬化　持续过量饮酒会慢慢侵蚀肝脏　药物有时会引起暴发性肝炎　甲型肝炎虽不会慢性化，但会出现重症　乙型肝炎慢性化后有时会突然重症化　丙型肝炎易导致肝硬化和肝癌　通过病毒标识物检查获知感染病毒类型　◇专栏　通过图像检查来确认肝脏状态，利用肝脏针刺　活检作出诊断　持续慢性肝炎会发展成肝硬化　肝硬化的各种症状　肝硬化最终会导致肝癌　◇专栏　什么是无症状载体　第四章　如何做到自我改善　改善导致脂肪肝和酒精性肝炎的生活方式　如能消除肥胖，脂肪肝也可以痊愈　用计算BMI的方式来判定肥胖度　营养均衡与规律的饮食生活是呵护肝脏的根本　如能避免进食过量，肝脏会得到相应的呵护　过量摄取铁分会使丙型肝炎恶化　在治疗丙型肝炎的过程中要摄取含铁分较少的食品　过量活性氧会使丙型肝炎恶化　造成活性氧过量产生的因素　积极地从蔬菜和水果中摄取抗氧化物质　含铁分较少、适合肝脏的抗氧化食品　高维生素食品可修复受损肝细胞　摄取优质蛋白质可修复受损肝细胞　为预防浮肿和腹水，要控制食盐的摄取　◇专栏　如果维生素和矿物质出现不足，会给全身带来　恶劣影响　饮酒要做到适量　不要给肝脏增加负担　为预防便秘，要充分摄取食物纤维和水分　适当的运动对治疗肝病有益　感冒有时会使肝病恶化，要积极地预防　压力会使肝病恶化，要巧妙地将其消除　为了您和他人的健康应该戒烟　慎选、慎服药物　◇专栏　服用药物后，如果出现症状要立即咨询医生　◇专栏　利用适度的运动增加肌肉，可以提高肝功能　第五章　无法进行自我改善时的治疗方法　脂肪肝、酒精性肝炎的治疗方法　急性肝炎的治疗方法　慢性病毒性肝炎的治疗方法　乙型慢性肝炎的治疗方法　丙型慢性肝炎的治疗方法　◇专栏　干扰素疗法

第一图书网, tushu007.com

<<体检之后自我改善肝功能>>

章节摘录

第一章　肝脏有哪些功能　　肝脏具有与心脏同等重要的功能　　人体内最大的脏器　　肝脏的重量为1200～1500g，约占体重的1/50，是体内最大的脏器。

肝脏的上缘正好紧接着横膈膜，其下就是胆囊，随着呼吸会上下移动，健康的人在体外是触摸不到的。

肝脏的形状几乎呈直角三角形，看上去虽然像一个整体，但是却由左右两部分组成。

位于左侧的叫做左叶，右侧的叫做右叶，右叶比左叶大，占整体的70%。

肝脏内密密麻麻地塞满了3000多亿个肝细胞，大约每50万个左右会集合在一起，形成被称作肝小叶的基本组织单位。

肝小叶呈六角柱体，约10万个以上的集合体构成了肝脏。

在肝细胞间分布着一种叫做肝脏窦状隙的毛细血管，它在为每个肝细胞输送氧和营养的同时流向静脉（中心静脉）。

不仅仅是动脉和静脉，肝脏还有独自的血管　　肝脏含有人体全部血液的10%～14%，是充满血液的脏器，所以正常的肝脏会表面光滑，颜色为红色。

有很多的血液出入肝脏，这些血液流动的通道是肝脏有别于其他脏器的最大特征。

通常，血液会从一条动脉流入脏器，但是血液流入肝脏的血管却有两条，它们是肝动脉和门静脉。

来自于心脏的通过肝动脉流入肝脏的血液，每分钟有1000～1800ml，约为心脏输出血液的25%。

另一方面，门静脉是与胃、肠、脾脏、胰脏等器官相连的静脉，来自门静脉的血液中含有消化器官所吸收的充足营养素。

门静脉是为肝脏输送施行最终化学处理所需血液的特殊通道。

……

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《体检之后：自我改善肝功能》是为那些在体检之后，被医生指出“需要注意”和“需要观察”肝脏的人提供参考而编写的。
全书共分5章，内容包括：肝脏有哪些功能；为什么会出现令人担忧的不正常数值；为什么不进行治疗是非常危险的；如何做到自我改善；无法进行自我改善时的治疗方法。

第一图书网, tushu007.com

<<体检之后自我改善肝功能>>

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