第一图书网, tushu007.com

<<小心！　肝>

图书基本信息

书名：<<小心！
肝>>

13位ISBN编号：9789862411810

10位ISBN编号：9862411813

出版时间：2010-08-23

出版时间：天下雜誌股份有限公司

作者：林芝安,張曉卉

页数：240

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

前言

推薦序　愛肝保肝入門　台大醫院內科部主治醫師 陳健弘　肝病是台灣的國病，在成年人B型肝炎帶原率約15～20%，也就是說每五個人就有一人是帶原者，換句話說，全台灣約有300萬帶原者。
台灣C型肝炎的感染率約2～4%，全台灣大約有50、60萬的C型肝炎病友。
很不幸的是，在這麼多的肝病病友中，有一大部分並不知道自己有肝病，就算知道自己有肝病者，也常常因為自己沒有症狀，所以沒有定期追蹤，等到有症狀再就醫，通常都是已經進展到末期肝病，醫師所能做的也不多。
《康健雜誌》過去幾年以來，為了能讓全國廣大的肝病病友對於肝病有進一步的認識，陸續出版了不少膾炙人口的文章，文章寫得深入淺出，可以使一般民眾在很短的時間內，就能掌握肝病防治的精要。
現在將這些文章集結成《愛肝好生活》一書，相信這本書可以做為肝病病友的入門書，對於肝病病友一起捍衛健康生活將有實質的幫助。
由於過去兩、三年之間，有一些新的臨床研究結果出爐，同時有些新的藥物出現，對於各種肝病的治療方式與原則，可能與幾年前會有一些不同，建議讀者還是應該針對個人情況，和您的主治醫師多多討論。
此外，由於我不是中草藥及健康食品的專家，所以對於書中所提的中草藥及健康食品方面，我不敢做任何的評論，這一點必須要向讀者特別聲明。
雖然肝病的治療有一些新的進展，不過肝病的防治還有一些瓶頸尚待突破，比如說B型肝炎雖然可以控制但很難根治、部分的慢性C型肝炎尚無法根治、沒有很有效的藥物可以讓肝硬化再軟化、沒有絕對有效的藥物可以預防肝癌的復發等。
這些必須要等更進一步的研發才有可能突破，這是需要一點時間的。
人總是需要有一些夢想，我們的夢想是：希望有一天，肝病會大幅減少甚至消失，不會再稱肝病為國病了。
讓我們一起努力吧！

第一图书网, tushu007.com

内容概要

經常加班、外食？
小心！
肝！
拒絕成為下一個「爆肝族」！
愛肝保肝你也可以輕鬆做到～　肝是個傻大個，天天工作、刻苦耐勞，但因為沒有神經，生病了也不叫痛，　如果不定期檢查，容易忽略它在發炎、硬化、肝癌，等會痛了就太晚。
肝病被稱做「國病」，高居男性癌死因第一位，女性癌死因第二位，　如何知道自己有沒有肝病？
臉色黃代表肝生病了？
哪些小症狀可以預測肝病？
如何預防「爆肝」？
B肝帶原者何時需接受治療？
全書包含最詳盡的愛肝知識，並一一破解你對肝病的迷思。
除了西醫治療，中醫如何保肝？
如何吃出肝臟的活力？
B肝能治癒？
2010年最新研究出爐，本書有你不可不知的最新治療武器！

第一图书网, tushu007.com

作者简介

林芝安　　清華大學社會學研究所畢業，現任《康健雜誌》副主編，著有《一個人的價值高於全世界——天主教善牧基金會的故事》、《關鍵時刻——邁向全民健保改革新紀元》、《跟親愛的說再見》、《搶救中風》等書。

張曉卉　　台大社會學研究所碩士，《康健雜誌》主編，曾獲亞洲出版協會（SOPA）最佳深度報導獎。

著有《跟親愛的說再見》、《愛肝好生活》、《愛腎好生活》（合著）

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

推薦序　陳健弘醫師導讀　　高嘉宏教授第１篇　你是肝病候選人嗎？
…第1章　肝病關鍵報告：國人最擔心肝病B肝、C肝帶原者請小心第2章　了解你的肝…8預防肝癌從了解肝臟開始肝臟：神奇的魔術師別讓A型肝炎纏上身原來肝炎有這麼多種第3章　如何知道自己有肝病？
會不會得肝癌？
最新的預測公式幫你算！
如何看懂肝檢驗報告篩檢肝癌的利器高危險群的追蹤篩檢第4章　B、C肝炎、肝癌檢查10問需要每年驗B肝嗎？
打了B肝疫苗，還要做B肝篩檢嗎？
肝功能檢查正常表示肝沒病嗎？
抽血可以驗出脂肪肝、肝硬化？
需要加驗C肝檢查嗎？
如何解讀肝功能檢查報告？
肝功能異常怎麼辦？
得了脂肪肝該怎麼辦？
檢測肝癌，哪些檢查必做？
脾臟腫大怎麼辦？
第5章　破解肝病10大迷思共用筷子會得B型肝炎？
4個小症狀可預測肝生病？
臉色偏黃，肝生病了？
接吻或性行為會傳染B肝？
肝炎是個人體質遺傳或生活不潔所致？
慢性病毒性肝炎無法治療，只能保養？
女性患有C型肝炎，生產時，寶寶會被感染？
台灣現在不是A肝疫區，可不用打A肝疫苗？
注射B肝疫苗可以終身免得肝病？
寶寶出生時注射B肝免疫球蛋白，會跟B肝疫苗衝突？
第２篇　護肝愛肝，遠離肝病威脅第6章　愛肝行動6招行動一　不抽菸、不喝酒行動二　不亂吃藥行動三　避免感染行動四　不吃含有黃麴毒素的食物行動五　多吃蔬菜水果行動六　少吃淡水生魚片，避免感染肝吸蟲常見西藥傷肝排行榜第7章　脂肪肝、肝硬化，肝臟也需要減肥！
脂肪肝　人胖肝也胖小心！
脂肪肝入侵小孩別讓下一代走上肝硬化的厄運身為家長，你該怎麼辦？
如何不讓我家小孩變胖？
第8章　猛爆型肝炎—壯年殺手猛爆型肝炎不是「積勞成疾」！
為何常在英年發病？
「洗肝」不能治癒猛爆型肝炎如何預防猛爆型肝炎B型肝炎急性發作第9章　梅約醫學中心教你如何預防肝炎與肝硬化預防肝炎預防肝硬化第３篇　中醫保肝新招第10章　中醫養肝，這樣做才有效肝病前兆：火氣大、眼乾澀、指甲斷裂保養中醫的肝系統，有如馴養「過動兒」保養現代醫學的肝臟，有如保養「除濕機」春季養肝3招健脾祛濕養肝茶第11章　吃出肝臟的活力簡單易學的養肝食譜保肝產品可以保肝嗎？
靈芝能保肝抗癌嗎？
保肝丸到底在保什麼？
蘆薈可治肝病，真的嗎？
來自天然的保肝食物第12章　運動與按摩保護肝臟的按摩運動游泳池中有氯，肝不好可不可以游泳？簡單好做的保肝瑜伽操第13章　抗肝癌成功的故事蘇起、陳月卿攜手抗肝癌高金素梅用信心戰勝肝癌

第４篇　治療永遠不嫌遲第14章　治療肝病的重大突破肝炎病人別落跑，健保給付幫你控制肝病最新健保給付的重點B型肝炎帶原者，何時需接受治療？
中晚期肝癌治療5大新發現標靶藥物提高整體存活率標靶藥物＋光子標靶藥物＋口服化療藥物標靶藥物＋栓塞治療找到肝癌復發的機轉：2種基因過度表現哪種肝癌病人容易復發？
健保給付第一線口服抗病毒藥物比一比第15章　治肝病專家哪裡找林口長庚肝病中心台大醫院胃腸肝膽科高雄榮總胃腸肝膽科國泰醫院肝臟中心高雄長庚肝臟移植中心高雄長庚肝癌團隊林口長庚肝癌團隊台大醫院肝癌團隊台北榮總肝癌團隊中國醫藥大學附設醫院肝癌團隊高醫附設醫院肝癌團隊

媒体关注与评论

台大醫學院臨床醫學研究所所長、終身職特聘教授 高嘉宏　　台大醫院內科部主治醫師陳健弘

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