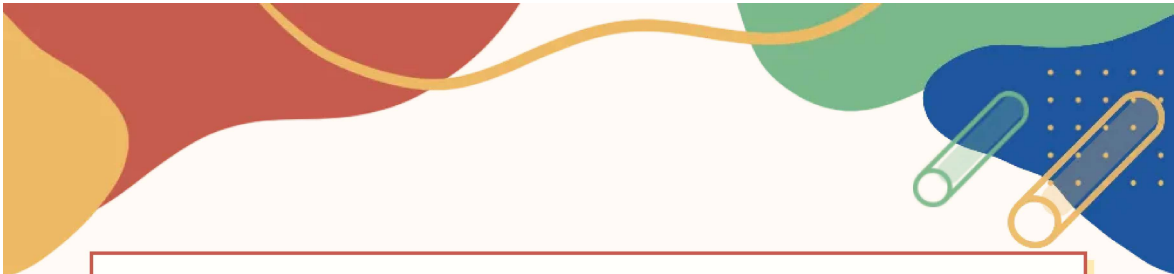


全国爱肝日 | 科学拆解肝硬化这一“硬核”难题

台州市立医院 2025年03月20日 14:23 浙江



中西医结合 逆转肝硬化

第25个全国爱肝日

肝硬化是一种常见的由多种原因引起的慢性、进行性、弥漫性肝病。简单来说，就是**肝脏组织受到长期的损伤后，逐渐形成纤维化和结节，导致肝脏正常结构和功能被破坏**。例如长期大量饮酒、病毒性肝炎、自身免疫性肝病等都可能引发肝硬化。

通常情况下，**肝硬化是多种肝脏疾病发展到后面的一个阶段！**



识破肝硬化：
早期症状与诊断技术



肝脏如同“沉默的工厂”，**早期肝硬化常无明显症状**，但当出现以下信号时需警惕：

隐匿警告：持续乏力、腹胀、食欲减退，皮肤出现蜘蛛痣或肝掌（手掌红斑）等。

进展征兆：体重骤降、黄疸（皮肤发黄）、腹水（腹部膨隆）、呕血或黑便（食管静脉曲张破裂）等。



诊断肝硬化的“三板斧”

血液检测：肝功能指标（如转氨酶、白蛋白）反映肝损伤程度，凝血功能异常提示合成能力下降。**肝纤维化系列及壳多糖酶3样蛋白1**等检查有助于肝硬化的鉴别。

影像学检查：可通过**超声、CT、核磁共振**来初步观察肝脏形态，发现结节或脾脏肿大。还可以通过**肝脏弹性检测（FibroScan）**来无创评估纤维化程度，替代部分穿刺需求。

肝活检：被誉为诊断金标准，通过组织切片可以明确纤维化分期，但存在出血风险。



肝硬化治疗策略：
分层阻击“硬化进程”





01 病因治疗：釜底抽薪

病毒性肝炎：按医嘱服用抗病毒药物（如恩替卡韦、替诺福韦、丙酚替诺福韦、艾米替诺福韦等）可长期抑制病毒复制，降低肝癌风险。

酒精性肝病：戒酒是核心，辅以维生素B族和营养支持，戒酒6个月后肝功能可显著改善。

脂肪肝：减重5%-10%可逆转脂肪沉积，需结合饮食控制（低脂高纤维）与有氧运动。

02 药物治疗：多靶点干预

抗纤维化：复方鳖甲软肝片、扶正化瘀片、安络化纤丸等中成药制剂可通过抑制胶原蛋白沉积、促进纤维降解发挥作用。

保肝修复：多烯磷脂酰胆碱修复肝细胞膜，还原型谷胱甘肽对抗氧化损伤。

并发症管理：利尿剂（如螺内酯、速尿片）可缓解腹水。普萘洛尔、卡维地洛可降低门静脉压力，预防消化道出血。



手术治疗：

03 危急关头的“救场王牌”

TIPS（经颈静脉肝内门体分流术）：建立人工血管通道，降低门静脉压力，减少呕血风险。

脾切除术/部分脾动脉栓塞术：适用于脾功能亢进导致血小板严重减少者。

肝移植：终末期患者的终极选择，术后5年生存率超70%。

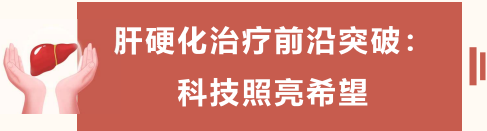
生活方式：

04 逆转的“隐形加速器”

饮食调节：高蛋白（鱼、豆类）、低脂、高纤维（蔬菜、全谷物）饮食支持肝修复。有肝性脑病患者应限制蛋白摄入。肝硬化会引起食管胃底的静脉曲张，因此要避免食用坚硬食物以免划伤静脉。

睡眠修复：深度睡眠时肝脏血流量增加40%，促进肝细胞再生，利于自我修复。

情绪管理：焦虑加速病情进展，可通过冥想、太极等来调节自主神经功能。



人工智能诊断：深度学习算法分析CT影像，纤维化分期准确率超90%。

靶向药物研发：LOXL2抑制剂、TGF-β拮抗剂进入临床试验，有望精准阻断纤维化。

干细胞疗法：间充质干细胞移植促进肝组织再生，部分患者白蛋白水平显著提升。

肝硬化治疗是一场“时间与科学”的博弈。**通过个性化治疗方案**（如病因控制+抗纤维化+营养支持）**和定期监测**（每3-6个月复查肝弹性成像、血肿瘤指标、胃镜），**早期患者可实现病情稳定甚至逆转**。早发现早治疗早干预，肝脏的修复潜能远超想象，科学干预永远不会太晚。

专家简介



涂文辉 感染科主任医师

擅长：感染性疾病临床诊治，对常见感染、慢性肝炎、脂肪性肝病、肝硬化腹水、原发性肝病精细介入治疗经验丰富。

出诊时间：新院区（周二、周四、周日上午）
老院区（周五下午）



作者 | 感染科 涂文辉
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 金茜 吴莎



台州市立医院
台州学院附属市立医院

扫码关注
台州市立医院
微信公众号





台州市立医院
台州学院附属市立医院

扫码关注
台州市立医院眼科中心
微信公众号



微信扫码了解政策
一键进入医保办事

—— 医保政策宣传码 ——



市立科普 43

市立科普 · 目录 ≡

< 上一篇
家长当心！这个病轻症变重症只需两三个小时，现在正高发

下一篇 >
@全体家长，这里有小朋友“春季蹿个秘籍”

