

<<怎样使脂肪肝逆转>>

图书基本信息

书名：<<怎样使脂肪肝逆转>>

13位ISBN编号：9787508248202

10位ISBN编号：7508248201

出版时间：2008-1

出版时间：2008-1-1

作者：吕文良

页数：371

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>

## <<怎样使脂肪肝逆转>>

### 内容概要

本书由中国中医科学院广安门医院肝病专家吕文良博士主编。

全书共分十三章，在简要介绍脂肪肝相关知识的基础上，着重阐述了使脂肪肝逆转的治疗方法，包括运动疗法、饮食疗法、针灸疗法、按摩疗法、敷贴疗法、药茶疗法、中药疗法、西药降脂疗法、生活及精神调摄疗法等。

其内容丰富，方法实用，通俗易懂，适合脂肪肝患者及家人阅读，更可供基层医务人员参考。

## <<怎样使脂肪肝逆转>>

### 作者简介

吕文良 医学博士，副主任医师，硕士研究生导师。

中国中医科学院广安门医院感染疾病科主任兼消化科副主任。

擅长运用传统中医学理论辨证论治各种肝炎及肝癌癌前病变。

在抗乙肝病毒、保护肝细胞、降酶、退黄疸、逆转肝纤维化及调整机体免疫功能等方面有独特的疗效；还总结出疗效好、费用低廉的中西医综合治疗肝硬化及肝硬化腹水的方法。

先后参加包括国家级、省部级和医院科研课题八项。

尤其对乙肝肝纤维化证候规律的研究取得了重大成果。

主编或参编专业著作12部，发表学术论文20余篇。

## <<怎样使脂肪肝逆转>>

### 书籍目录

第一章 概述 一、肝脏的解剖结构 二、肝脏的生理功能 三、中医学对肝脏生理功能的认识 四、脂质的组成及功能特点 五、血脂的组成 六、脂肪肝的分型 七、脂肪肝的病因病机 八、常见脂肪肝的发病特点 (一)酒精性脂肪肝 (二)肥胖性脂肪肝 (三)肝炎后脂肪肝 (四)急性妊娠期脂肪肝 (五)营养失调性脂肪肝 (六)药物性脂肪肝 (七)糖尿病性脂肪肝 (八)高脂血症性脂肪肝 九、脂肪肝的流行病学调查 十、脂肪肝的诊断 十一、脂肪肝的预后 十二、脂肪肝的治疗原则第二章 运动是使脂肪肝逆转的法宝第三章 科学饮食是使脂肪肝逆转的关键第四章 脂肪肝逆转的中药疗法第五章 脂肪肝逆转的针灸疗法第六章 脂肪肝逆转的按摩疗法第七章 脂肪肝逆转的拔罐疗法第八章 脂肪肝逆转的敷贴疗法第九章 脂肪肝逆转的沐浴疗法第十章 脂肪肝逆转的药茶疗法第十一章 脂肪肝逆转的西药疗法第十二章 脂肪肝逆转的生活及精神调摄疗法第十三章 脂肪肝逆转的传统锻炼疗法附表 附表1 35~44岁男性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表2 45~54岁男性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表3 55~64岁男性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表4 65岁及以上男性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表5 35~44岁女性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表6 45~54岁女性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表7 55~64岁女性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表8 65岁及以上女性建议每日摄入能量与运动耗能量表 附表9 常见运动项目热能消耗表 附表10 100克食物可提供的热能

## &lt;&lt;怎样使脂肪肝逆转&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 概述 一、肝脏的解剖结构 肝脏位于腹腔右上部并占据上腹的一部分，小部分位于左上腹部和左季肋部，呈楔形；肝脏是人体最大的腺体，红褐色，质软而脆，右端厚而钝圆，左端扁薄，分为上、下两面，前后两缘，左右两叶，成人肝脏重约1400克（男性1500克左右，女性1300克左右），占体重的1/30。

肝脏上面与膈肌紧贴，隆凸，朝向前上方，肝镰状韧带把肝脏上面分成左、右两部；肝脏下面凹凸不平，朝向后下方，与胃、十二指肠、胆囊、结肠肝区相毗邻，在靠近中部有“H”形的两条纵沟和一条横沟。

横沟称肝门，有肝管、门静脉、肝固有动脉、淋巴管及神经等出入。

左纵沟名为左矢状裂，前有肝圆韧带，后有静脉韧带；右纵沟名为右矢状窝，较宽阔，它的前半部容纳胆囊，后半部内有下腔静脉通过，称腔静脉窝。

窝的上部有三条大的肝静脉注入下腔静脉，又称第二肝门；窝的下半有一些小的肝静脉注入下腔静脉，故又称第三肝门。

卧位时，肝脏的上界在右侧锁骨中线第五肋间，通过叩诊便可发现其上界。

一般情况下在上腹部触摸不到肝脏下缘，仅有一少，部分人肝脏位置下垂，则可于肋缘下触及肝下缘。

在儿童期，肝脏位置较成人略低，肝下缘在肋下1~2厘米处，少年期后，在肋下不易触及。

肝脏的位置可随体位及呼吸变化有一定改变，站位和吸气时肝脏下移1~2厘米，而仰卧位和呼气时则有所上升。

## <<怎样使脂肪肝逆转>>

### 编辑推荐

介绍了脂肪肝的发病原因、临床表现及诊断方法，重点阐述了目前比较成熟的逆转脂肪肝的治疗手段，主要包括运动疗法、饮食疗法、中西药治疗、针灸疗法、按摩疗法、拔罐疗法、敷贴疗法、沐浴疗法及传统锻炼疗法等。

要使脂肪肝逆转，就应遵循“合理膳食，控制体重，适量运动，慎用药物”的十六字方针。

《怎样使脂肪肝逆转》介绍的各种治疗方法力求内容科学详尽、方法简便实用、文字通俗易懂，使其不仅是家庭自我防治脂肪肝的必备读物，更可供基层医务人员参考。

<<怎样使脂肪肝逆转>>

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>