



专家名片

杨永峰

南京市第二医院副院长，肝病科主任医师，医学博士，博士生导师，中华医学会肝病分会青年委员会副主任委员、江苏省中西医结合学术肝病分会主任委员、江苏省医学会感染病学分会副主任委员，江苏省有突出贡献中青年专家。精通肝脏疾病的临床、病理及影像诊断，擅长疑难及重症肝病诊治。

通讯员供图

错把肝病当胃病治 这些肝病误区要警惕

“腹胀、恶心，估计是胃病，这和肝病有啥关系？”“能吃是好，孩子胖点就胖点，没啥关系。”“体检发现脂肪肝，好多人都有，该吃就吃，没啥事。”……我国的肝病发病率很高，但很多病人对肝病的认知存在着这样那样的误区，从而延误了治疗。近日，在现代快报“健康大师课”上，南京市第二医院副院长、肝病科主任医师杨永峰教授表示，肝脏得了疾病，有症状和检查方面的异常，要及时发现及时治疗，避免错过干预和治疗的最佳时机。

通讯员 魏林玲 现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟

出现这些症状，要警惕是肝脏出了问题

杨永峰介绍，肝脏是人体重要的消化器官，很多的病因会引起肝脏疾病，除了我们常见的病毒性肝炎以外，还有脂肪肝、自身免疫性肝病、药物性肝损伤、遗传代谢性肝病等疾病，都可以引起肝脏的损伤。

如何判断肝脏出了问题呢？杨永峰支招，可以从身体主观的感受和身体表面的一些异常两个方面来判断。“肝脏出问题，会伴随着消化功能的下降，假如感觉乏力、恶心、食欲减退，在排除了胃部疾病的原因之后，就要考虑是肝脏的问题。”他提醒说，还有就是肤

色、眼睛、小便颜色发黄，也要警惕是肝脏有问题，因为很多肝脏疾病会引起胆红素上升，从而导致黄疸。

杨永峰补充说，对于一些患有慢性肝病的人，可能会出现肝掌，或者是蜘蛛痣。肝掌就是在手掌的大鱼际、小鱼际，还有掌指关节位置出现暗红色。而蜘蛛痣就是在躯干、面部、颈部出现一些小点。“还有一些肝病晚期的患者，会出现皮肤黏膜的瘀斑。”他说，有这些症状的病人建议及时到肝病科就诊，早发现早治疗。

“有些检查也能提示是肝脏的问题，需要及时到医

院的肝病科就诊。”杨永峰介绍，最常见的检查就是肝功能检查，比如胆红素、转氨酶、转肽酶、碱性磷酸酶、白蛋白等指标，出现异常提示肝脏损伤。肝功能以外的一些检查，如血常规血小板、白细胞明显降低，“这些指标虽然和肝脏没有直接关系，但是如果出现异常，可能是脾功能亢进，是肝脏发展到肝硬化的表现。”杨永峰说，最后还有影像学检查，包括B超、CT、磁共振等影像检查如发现肝脏形态的异常，或者是肝脏上面出现了占位病变，都需要到肝病科做进一步的诊断。

错把肝病当胃病治，这些误区要注意

60岁的张先生，三年前老是食欲不振、腹部疼痛，有时候还有点恶心，他以为自己得的是胃病，经常买点养胃、护胃的药吃。有时感觉舒服点，但身体越来越消瘦。前不久，家人不放心，带他到医院检查，发现原来他的病根是在肝上。“腹部疼痛，一直以来都以为是胃病，怎么会是肝病呢？”张先生觉得非常纳闷。

“在临床中，错把肝病当胃病治很常见。”杨永峰在接受现代快报记者采访时表示，这主要是因为两者器官位置接近，且帮助消化的酶大多由肝脏合成。“肝

脏损伤初期往往会出现一些与胃肠道疾病相似的症状，如上腹的饱胀、恶心、呕吐等。”所以不少病人往往会误把肝病当胃病治。

他建议，病人在早期出现腹胀、恶心、呕吐症状时，最好能及时就诊，做出明确的诊断，然后采取相应的治疗。“如果患者长期把肝病当胃病治，擅自服药，结果很可能使肝炎发展成肝硬化晚期或肝癌，错失最佳治疗时机。”

“大大咧咧的，平时不重视，这种误区也要避免。”杨永峰提醒，很多慢性肝脏疾病，比如自身免疫性肝

炎、病毒性肝炎、脂肪肝等，都有进展和恶化的可能，需要引起重视，通过定期复查及时发现病情变化。“我在门诊接诊过一位50岁的病人，他身高1.7米，体重160多斤，喜欢吃，也不做体检。后来不舒服，一检查已经发展为肝硬化了。”他表示，其实脂肪肝发展到肝硬化要20年的时间，就是因为这些年轻人不太重视，才被耽误了。如果早期发现了脂肪肝，及时干预，也不会进展到肝硬化。另外，及时发现肝纤维化、肝硬化，早期的治疗可以更好地提高治疗的成功率。

脂肪肝低龄化趋势越来越明显

阳阳(化名)胃口特别好，虽然才10岁，体重却有140斤了。疫情期间，他基本都待在家里，吃得多活动少，几个月体重增加了近20斤。妈妈有点着急，带他到医院减肥。后来检查发现，他的肝功能谷丙转氨酶异常，经过系列检查，最终确诊他患有脂肪肝。

据了解，正常人肝脏内都含有少量脂肪，如甘油三酯、磷脂、糖脂和胆固醇等，当肝脏内脂肪转运失去平衡，就会在肝脏内积聚，形成脂肪肝。脂肪量超过5%为轻度脂肪肝，超过33%为中度脂肪肝，超过67%为重度脂肪肝。

现在临床上有个调查数据，人群中有一四分之一的人患有脂肪肝，在脂肪肝中有四分之一的病人是脂肪性肝炎，脂肪性肝炎中四分之一的病人会进展为肝硬化。杨永峰说，在超

重和肥胖人群中，1/3到1/2的人会有非酒精性脂肪性肝炎。

“随着肥胖低龄化的趋势，现在小孩子有脂肪肝的越来越多。”杨永峰呼吁，非酒精性脂肪肝一定要引起家长的重视，因为它的临床表现非常轻，很多人没有异常的身体感觉，往往都是体检发现的，而且B超、CT是脂肪量到20%~30%才能检查出来。所以，他建议体重指数(体重公斤数除以身高米数平方得出的数字)超过24，腰围超过90厘米的人群是脂肪肝的高危人群，要引起重视。

“通过控制饮食热量的摄入，体育锻炼，把体重控制到正常范围内，”杨永峰说，改变生活方式是最重要的，脂肪肝通过正确治疗可以逆转，“如果不重视它，就会慢慢向肝硬化发展。”

这四类人群，要更加关心自己的肝脏

哪些人要对自己的肝脏引起重视呢？杨永峰提醒，有四类人群要及时关注并做好定期的检查。

第一，本身有慢性肝病病史的人，比如有病毒性肝炎、脂肪肝、自身免疫性肝病等慢性肝脏疾病的，要每隔3~4个月做一次定期复查，来看看自己的病情是不是稳定，病情是不是在进展。

第二，有肝病家族史的人群，要及时关注自己的肝脏，如果家庭里面有其他的成员有黄疸、肝功能异常，或者曾经家庭成员有过肝硬化、肝癌这样病史的，也需要重视，

要做一个相应的体检，看看自己有没有这方面的问题。

第三，因为慢性病长期服用一些药物，或者有长期饮酒习惯的人，因为药物性肝损伤和酒精性肝损伤都是引起肝脏损伤常见的两个原因，所以这类人群也需要及时关注自己的肝脏问题。

第四，体重异常超标的人群，现在脂肪肝发病率很高，有很多超重的人都有可能患有脂肪肝，如果你患有脂肪肝，又不太重视的话，那么它会慢慢进展到肝硬化，最终有可能导致肝硬化腹水、肝癌。



现代快报和天下美篇报重点打造的“健康大师课”，由碧桂园江苏区域特别支持，邀请权威专家，针对你关心的健康话题，精心设计课程内容，传播健康知识，构建健康理念。“健康大师课”的课程内容，涵盖健康领域的各个方面，使用文字、图片、音频、视频等多种形式，通过全媒体多平台推送，满足受众的信息需求。