

# 中西医结合防治脂肪肝

随着生活水平的提高和生活方式的改变，脂肪肝的发病率逐年攀升，并呈现年轻化趋势。许多人对体检报告中的“轻度脂肪肝”不以为意，认为不痛不痒、无需治疗。然而，若不及时干预，单纯性脂肪肝可逐步发展为脂肪性肝炎、肝纤维化，甚至进展为肝硬化和肝癌。同时，脂肪肝也是2型糖尿病及心脑血管疾病的独立危险因素。如何有效防治脂肪肝？西药治疗易出现反弹，中药调理起效较慢，而中西医结合则为这一难题提供了更优的解决方案。

## 西医视角：代谢紊乱的精准纠正

现代医学认为，脂肪肝是代谢综合征在肝脏的具体表现，其核心病理机制是胰岛素抵抗和脂质代谢紊乱。当人体摄入热量远超消耗，多余脂肪便以甘油三酯形式堆积在肝细胞内。

### 1. 诊疗优势：客观量化与精准分期

西医拥有一套完善的客观评估体系。通过腹部超声可直观发现脂肪浸润；FibroScan(肝脏瞬时弹性检测)能无创评估肝脏脂肪含量及纤维化程度；血液生化检测则可精准判断肝功能损伤水平。这些量化指标为病情评估和治疗效果监测提供了金标准。

### 2. 防治基石：生活方式干预与病因治疗

对于非酒精性脂肪肝，控制饮食(减少高糖、高脂摄入)和增加运动是首要治疗原则。对于酒精性脂肪肝，严格戒酒是根本。当生活方式干预效果欠佳或出现肝炎时，西医采取针对性药物干预，如使用胰岛素增敏剂(二甲双胍等)改善代谢，使用多烯磷脂酰胆碱等保肝药物修复肝细胞膜，以及通过调节肠道菌群改善肠肝轴功能。

## 中医视角：整体失衡的阴阳调和

中医学虽无“脂肪肝”病名，但根据其症状表现，多将其归入“肝癖”“积聚”“胁痛”范畴。其病机可概括为“肝郁脾虚为本，痰湿瘀血为标”。

### 1. 病机探源：过食少动，肝脾失调

长期过食肥甘厚味、劳逸失度，首先损伤脾胃运化功能。脾虚则水湿不化，凝聚成痰湿；情志不畅则肝气郁结，气机阻滞，血行不畅而成血瘀。痰湿与瘀血胶着于肝脏脉络，日久便形成脂肪肝。因此，中医治疗强调整体观念，并非单纯“化脂”，而是着眼于恢复肝脾功能。

### 2. 辨证论治要点

临床需根据患者体质和症状差异分型施治：  
(1)肝郁脾虚型：多见肋肋胀痛、乏力便溏、情绪抑郁。治宜疏肝健脾，代表方剂逍遥散加减。  
(2)痰湿内阻型：多见形体肥胖、脘腹胀满、舌苔厚腻。治宜化痰祛湿，常用二陈汤合平胃散。  
(3)湿热蕴结型：多见口苦口黏、大便不爽、舌红苔黄腻。治宜清热利湿，方选茵陈蒿汤加减。  
(4)瘀瘀互结型：病程较长，面色晦暗，肝区刺痛。治宜活血化痰、化痰散结，常用膈下逐瘀汤。

## 中西医结合：优势互补的协同战术

中西医并非对立，而是在不同层面协同作用，实现“1+1>2”的效果。

### 1. 预防层面：“治未病”结合现代营养学

西医讲热量控制，中医讲饮食有节。两者结合，即在控制总热量摄入的同时，融入药食同源调理。例如，肥胖痰湿体质者可在饮食中加入薏苡仁、茯苓健脾祛湿；肝郁气滞者可用玫瑰花、山

植代茶饮疏肝消积。这种方式既保证了基础营养，又利用中药特性改善了代谢微环境，提升了减重效率。

### 2. 治疗层面：“减毒增效”与症状改善

对于转氨酶升高的脂肪性肝炎，短期应用西医保肝降酶药可迅速控制炎症，为后续调理争取时间。同时配合中药汤剂调理肝脾、化痰活血。临床观察表明，中药复方不仅能辅助改善肝脏影像学指标，更对乏力、腹胀、大便不调等伴随症状有显著改善作用。中药通过调节肠道菌群和改善胰岛素抵抗，能够从病理生理机制上减轻肝脏负荷，减少西药停药后的反弹现象。

### 3. 康复层面：“动静结合”形神共养

在运动康复中，除完成西医推荐的有氧运动(如快走、慢跑)外，推荐练习八段锦、太极拳。这类传统功法强调调身、调息、调心，通过缓慢深长的腹式呼吸按摩内脏，改善肝脏供血，缓解焦虑抑郁情绪，有助于患者长期坚持健康生活方式。

特别警示：切勿听信民间偏方或盲目服用中草药。许多未经规范炮制的中药(如何首乌、土三七)具有明确的肝毒性，自行滥用不仅治不了脂肪肝，反而可能导致严重的药物性肝损伤甚至肝衰竭。所有中药治疗必须在专业中医师辨证指导下进行。

脂肪肝是一个可逆性疾病，“管住嘴、迈开腿”是中西医结合公认的第一处方。中西医结合防治脂肪肝的核心在于“西医辨病定分期，中医辨证调体质”。用现代医学手段精准评估风险，用传统医学智慧恢复内在平衡，唯有双管齐下、科学管理，方能为肝脏健康筑起坚实的防线。

(望江县中医院老年医学科 张勇)

# 增强CT与普通CT的科学选择

## 普通CT和增强CT的区别

普通CT和增强CT，两者都是在CT机器上完成的检查，但成像原理和诊断价值有所不同。普通CT也叫平扫，是指不注射造影剂直接进行的扫描，能够清晰地显示骨骼、肺部、腹腔脏器的形态和密度，对于诊断骨折、肺炎、脑出血等病变已经足够。而增强CT是在静脉内注射含碘造影剂后再进行扫描，造影剂随血流运行，使病变组织与正常组织的密度差异更加明显，从而发现平扫难以显示的微小病变，或者更准确地判断病变的性质。简单来说，普通CT是“看到了”，增强CT是“看清楚”了；前者解决“有没有”的问题，后者解决“是什么”的问题。

## 这些情况必须做增强CT

增强CT的优势在于通过造影剂的分布特点，反映病变的血供情况，这对于诊断许多疾病至关重要。比如在肝脏，普通CT只能看到一个低密度结节，而增强CT通过动脉期、门脉期、延迟期的扫描，可以判断该结节是肝癌、血管瘤还是囊肿；在肺部，增强CT可以帮助区分肿瘤与不张的肺组织，判断纵隔淋巴结是否转移；在血管方面，增强CT可以直接显示动脉瘤、血管狭窄、肺栓塞等血管性疾病。因此，当医生怀疑患者存在恶性肿瘤、需要明确病变性质、评估血管病变或进行术前分期时，通常会建议做增强CT。对于一些炎症性病变，如胰腺炎、肾盂肾炎，增强CT也能更准确地评估病变范围和严重程度。

## 造影剂安全吗？

患者常担心造影剂对身体有伤害，但临床常用的非离子型碘造影剂安全性高，过敏反应少。检查前，医生会询问过敏史、哮喘、甲亢、肾功能不全等禁忌症。肾功能正常者，造影剂快速经肾排出，不残留；检查后建议多喝水(1500-2000毫升/天)加速排泄。肾功能轻度减退者，医生会减少用量或采取预防措施。少数人可能出现过敏反应，轻则皮疹、恶心，重则呼吸困难，但现场有急救设备和监护，能及时处理。

## 关于增强CT的辐射剂量

关于辐射的问题，需要明确一点：增强CT并不是因为注射了造影剂而增加辐射，而是因为需要多次扫描(如平扫加增强，或者多期扫描)导致辐射剂量相对高一些。例如一个部位的普通CT通常只扫描一次，而增强CT可能需要在注射造影剂后，不同时间点扫描两到三次。不过，现代CT设备都有自动剂量调节功能，在保证图像质量的前提下尽可能降低辐射。一次常规部位的增强CT辐射剂量在安全范围之内，远低于造成确定性损害的阈值。对于需要明确诊断的病情来说，获益远远大于风险。患者不必担心辐射而拒绝必要的增强检查，那反而可能延误病情诊断。

## 增强CT检查前后注意事项

患者在检查前后需做好准备，以确保检查质量并减少不良反应。检查前应空腹4-6小时，防止呕吐误吸；若服用二甲双胍，需遵医嘱暂停用药48小时；取下身上金属物品，并告知医生碘过敏史、甲亢、哮喘、肾功能不全等情况。检查时护士会静推注射造影剂，可能引起短暂发热感，属正常现象，保持不动即可。检查后需观察15-30分钟，无不适再离开；多喝水促排泄；若出现皮疹、瘙痒、呼吸困难等迟发过敏反应，应及时就医。

## 普通CT和增强CT怎么选？

患者对增强CT态度不一：有的主动要求做，有的担心辐射而犹豫。两种检查各有适用范围，医生会根据病情判断。普通CT用于初步、筛查或明确病变范围；增强CT用于可疑病灶定性或怀疑存在肿瘤、血管病变。患者应配合医嘱，如实告知情况，不必自行主张或焦虑。影像科医生会为您选择合适方案，避免不必要的辐射和费用，确保诊断准确。

## 走出增强CT的常见误区

关于增强CT，患者和家属存在一些误区需澄清。  
误区一：增强CT比普通CT更好。增强CT并非总比普通CT好，两者各有用途，如脑出血急性期首选普通CT。  
误区二：增强CT的造影剂对身体有害。造影剂对肾功能正常者安全，仅严重肾功能不全者需谨慎。  
误区三：增强CT的辐射会在体内残留。CT辐射是瞬时的，检查后即消失，体内无残留。  
误区四：过敏体质者绝对不能做增强CT。过敏体质并非绝对禁忌，有过敏史者可在医生预防用药和监护下进行。  
误区五：增强CT无需特殊准备。增强CT需空腹以防呕吐，但检查后应多喝水促进造影剂排泄。  
增强CT是重要的临床诊断工具，能提供更清晰的病变信息，帮助医生早期发现病灶、明确病情。了解其相关知识可消除恐惧，更好配合检查。普通CT与增强CT都是健康检查手段，科学选用才能发挥其诊断价值、造福健康。  
(池州市第二人民医院医学影像科 施冬祥)



# 车轮载温情 微光暖皋城

(上接一版)

2024年5月的一天，张绪贤行驶至皋街附近时，敏锐地发现一名约7岁的男孩独自站在路边，神情惶恐不安。她立即停车上前，温柔询问，得知孩子是从姚李镇被人诱骗至此并机智逃脱后，她一面安抚受惊的孩子，一面冷静报警，全程护送、陪伴孩子至平桥派出所，协助民警核实信

(上接一版)

在西淝河幸福河湖建设中，裕安区聚焦生态修复，实施湿地修复、岸线复绿工程，生态岸线比例提升至85%、植被覆盖率突破90%，水源涵养和生态调节功能显著增强；同步配套建设主题公园、滨河绿道，串联红色研学1号线无缝衔接，串联起沿线多个旅游节点、3个水美小镇、10余个水美乡村，形成“一步一景、步步是画”的全域旅游景观带。

息、联系家属，直到孩子平安回到父母身边，她才悄悄离开，不留姓名、不图回报。

营运路上，紧急救援多次上演：临产孕妇急需送医，她争分夺秒开辟生命通道；工人手指断裂，她紧急报备、全速赶往医院；深夜偶遇车辆起火，她毫不犹豫拿出灭火器，疏散群众、设置警示，避免次生灾害发生。“钱很重要，但不能把钱

看得太重，救人永远是第一位的。”这句朴素的话，是她刻在心底的信念，也让小小的车厢，一次次成为守护生命的方舟。

拾金不昧、乐于助人，早已成为她的习惯。乘客遗落的手续、钱包、重要文件，她千方百计第一时间归还，哪怕自费邮寄、放弃接单也毫无怨言；外国游客误机、语言不通，她全程陪伴、协助沟通、安

排住宿，用真诚展现六安人的热情与友善。车厢之外，她积极参与敬老慰问、文明劝导、社区服务，把爱心延伸到城市每个角落，用点滴善举汇聚成温暖的洪流。

十年耕耘，硕果飘香。2020年，张绪贤获评滴滴出行“杰出队长”与“明星队长”；2022年9月，再获滴滴出行“明星队长”；2023年12月，获评六安新就业群体“最美司机提名人选”；2025年，获评“安徽省2024年度优秀出租汽车驾驶员”……一项项荣誉，是对她坚守与奉献的最好见证。荣誉加身，她依旧初心不改，每天准时出发，微笑迎接每一位乘客，用方向盘丈量城市，用真心温暖旅途。正如项怀诚所说：“张姐让我们看到，网约车不只是一份生计，更是一份可以发光发热的事。”

# 一河碧水，流淌出“诗与远方”

## 水文化铸魂脉 激活传承新动能

裕安区深挖淝河历史文化底蕴，实施水文化提升工程，让“水”与“文”相融共生，让古老河道成为传文明、彰魅力的文化长廊。

在淝河治理过程中，保护性恢复重建两处滨水省级重点文物：复原淝河东岸六安城区段140米六安古城墙，修复淝河西河口乡省级重点文物——龙王

寺；清理保护淝河下龙爪景观这一市级重点保护文物；新建百米文化墙，雕刻六安古八景、历代名人名录及经典诗词，让“龙爪映月”“赤壁渔歌”“桃坞晴霞”等古景重现，让游客在赏景中触摸六安千年文脉。

融入红色文化基因，在西淝河幸福河湖建设中打造苏维埃大桥、红军广场、红军大道等红色地标，串联红色旅游资源，推动“生态河湖”向“红色文旅”延