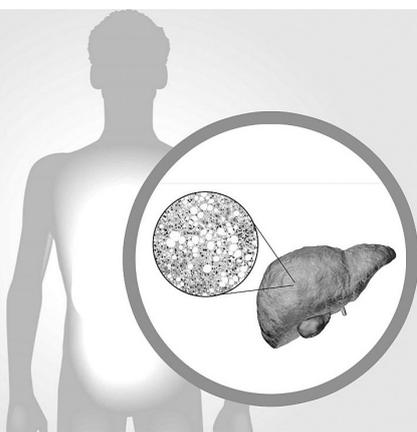


瘦人也会患上脂肪肝?

“只听说胖人和饮酒过量的人容易得脂肪肝，我这么瘦，也很少饮酒，怎么会患上脂肪肝呢？”面对脂肪肝的突然来袭，二十二岁的小杨有些不敢相信，近两个月为了拥有好身材，她精打细算不吃面食和荤腥，但没想到，一段时间后却得了脂肪肝。

燕赵都市报纵览新闻记者 檀亚楠



1 不是只有胖人 才会得脂肪肝

对此，石家庄市第五医院脂肪肝门诊主任医师陈翠英表示，瘦人患上脂肪肝，绝非个例。需要提醒的是，不少人认为只有胖人才会患脂肪肝，这是脂肪肝防治中的一个误区。营养不良、减肥不当等也可能导致患上脂肪肝。

陈翠英解释说，这是因为人体长期处于饥饿状态时，机体无法获得必需的葡萄糖等能量物质及各种脂肪燃烧时所需要的氧化酶类。为了弥补体内葡萄糖的不足，机体就会将身体其他部位贮存的脂肪、蛋白质动用起来，转化为葡萄糖。这些脂肪、蛋白质会通过肝脏这一“中转站”转化为热量。于是大量脂肪酸进入肝脏，加上机体又缺少脂代谢时必要的酶类和维生素，导致脂肪在肝脏滞留，造成脂肪肝。

2 警惕！瘦人体内可能是“胖子”

陈翠英表示，瘦人尽管外表看起来很苗条，但是体内却有可能是个“胖子”。他们的肝脏、心脏、胰腺等重要器官内的油脂，有可能比肉眼看到的皮下脂肪要多得多。人们往往以腹壁脂肪的堆积程度、腰围大小等作为标准判断一个人是否肥胖，但却容易忽视内脏器官油脂

的堆积，而这恰恰是人们应该特别重视的地方。

临床中，陈翠英发现，一些身材较瘦的人往往不敢相信被检查出有脂肪肝，有的人甚至还认为是误诊。其实，一些瘦人往往喜好素食，这就容易使得营养摄入不能满足机体需要，引发营养不良性脂肪肝。

3 培养良好生活方式，科学防治脂肪肝

陈翠英指出，值得重视的是脂肪肝可直接促进动脉粥样硬化的发生进程，其最主要的临床后果包括糖尿病、心脑血管疾病及肿瘤相关疾病等。

谈及如何防治脂肪肝，陈翠英表示，轻度脂肪肝患者化验肝功能、血脂、血糖正常者，一般不需要治疗。应从培养良好的生活方式入手，同时注重包括合理运动、营养均衡、控制体重等在内的综合健康管理，动态观察脂肪肝的转归，监测肝功能、血脂、人体成分分析、B超或CT检查。中重度脂肪肝患者应

及时就诊，遵医嘱治疗。

此外，陈翠英还特别提醒，少部分脂肪肝患者可出现乏力、腹胀、食欲减退、肝区不适等症状，但大多数脂肪肝患者不会出现不适感，甚至发展成脂肪性肝炎或早期肝硬化还未出现明显症状。但据此认为脂肪肝是良性疾病，没有不适症状就不用治疗的认识就十分危险了。肝脏是人体的“化工厂”，脂肪堆积必定影响肝脏的功能。如果不积极防治，部分脂肪肝患者就可能发展为脂肪性肝炎、肝纤维化甚至肝硬化。



什么是带状疱疹?

燕赵都市报纵览新闻记者 檀亚楠

据石家庄市中医院皮肤科副主任医师胡素叶介绍，带状疱疹是一种水痘带状疱疹病毒感染性疾病。小时候，感染这种病毒后就会得水痘；长大后，再次感染，病毒被激活后，就容易患上带状疱疹。

就分布而言，带状疱疹往往会沿人体的一侧生长，可以沿一侧的头面部、一侧的上肢、一侧的胸斜腰腹部或一侧的下肢生长，且沿人体的神经分布。这种病毒有两个特点：容易侵犯人体皮肤和人体神经。带状疱疹好发于免疫力低下人群，身体免疫力强时，可以抑制病毒；免疫力低下时，病毒往往就容易开始复制。此时，一些长期使用激素免疫制剂的人群、肿瘤术后化疗人群、长期卧床的中老年人群等，就容易“中招”。

谈及如何预防带状疱疹，胡素叶建议主要是提高人体免疫力，要注意规律作息、合理饮食、不熬夜不酗酒、保持心情舒畅等。



纵览大医生 | 扫码观看视频

肌营养不良症 能预防吗?

燕赵都市报纵览新闻记者 檀亚楠

杜氏型肌营养不良症是一个由遗传基因异常引起的疾病，主要是Dystrophin基因异常，导致Dystrophin蛋白缺失，使人体细胞膜特别容易被破坏，导致肌萎缩、肌无力。假性肥大、走路摇摆，是杜氏型肌营养不良症的主要表现。

河北以岭医院肌萎缩一科主任陆春玲表示，杜氏型肌营养不良症的发病患者多是3到5岁的小男孩，且病情呈进行性发展，一些患者到十多岁后就需要坐轮椅。因此对于小朋友而言，这种疾病会严重影响他们的生活质量。

临床中，经常有家属咨询杜氏型肌营养不良症能否进行预防？对此，陆春玲表示，如果患者本身已经携带致病基因，则很难进行有效预防，但是可以通过早诊断早治疗改善症状，延长寿命。而对于有杜氏型肌营养不良症病史的家庭而言，则可以做产前诊断，如怀孕期间做羊水穿刺、绒毛提取，进行基因检测，避免再次生下杜氏型肌营养不良症孩子。



纵览大医生 | 扫码观看视频

“折翼天使” 别样过六一

童年是快乐的儿歌，童年是鲜艳的花朵，童年是无畏的拼搏……然而，在这个属于孩子们的欢乐节日里，有这样一群小天使却因为肌营养不良症的困扰，无法像其他小朋友一样在阳光下自由奔跑。

燕赵都市报纵览新闻记者 檀亚楠



为了让这群“折翼天使”也能度过一个快乐而难忘的六一儿童节，6月1日，河北以岭医院肌萎缩一科为孩子们准备了一场别样的六一活动。肌萎缩一科主任陆春玲、爱心企业和个人以及多名患者、家属，一起分享肌营养不良症小患者的欢乐。

活动中，一首感人的《萱草花》口琴演奏打动了每一位在场观众的心。音色圆润，旋律优美……如果不是特别说明，你一定想不到吹奏者薛先生是一位肌营养不良症患者。薛先生说，他刚患病时，也觉得命运不公，但来到河北以岭医院治疗后，发现像他这样的患者还有很多。肌营养不良症会导致关节挛缩，走路脚跟着地，为了改善这些情况，小患者们不仅要面对打针输液，还要面对压

腿、站立等康复锻炼。为了更好地配合康复训练，增加肌力，他受命担任河北以岭医院口琴合奏团团长，教小患者吹口琴。

看着精彩的节目演出，收获着各种精美礼物，再加上爱心人士亲情互动，这让在场的小患者们欢呼雀跃。7岁的小患者瑞瑞(化名)第一次参加这样的活动，现场的气氛让他异常兴奋。孩子爷爷说，自从孩子被查出这个病来，就很少露出笑容，而今天孩子终于找了快乐和自信。

肌萎缩一科主任陆春玲介绍说，肌营养不良症是一组与遗传相关的肌肉变性病，呈进行性发展，其治疗

不是短期行为，所以肌营养不良症患者要进行长期甚至一生的疾病治疗管理。

比如杜氏型肌营养不良症早期，要用中西药物配合康复训练保护和增加肌力，改善关节挛缩，保留关节功能和行走能力。但是随着病情变化及病程延长，要适时的考虑到骨量流失和骨质疏松问题，预防骨折；要注意适时保护心脏，还要注意脊柱变形纠正、心脏功能、呼吸功能改善等问题。治疗不是一成不变的，每个时期有不同的侧重点，但一定要坚持长期治疗，以达到改善症状、延长寿命、提高生活质量的目的。