

青岛市第六人民医院肝病十科主任侯青顺——

# 肝友们，春季养肝记牢三点

[ 名医馆 ]

□半岛全媒体记者 徐军



侯青顺，主任医师，青岛市第六人民医院肝病十科主任，从事传染病临床医疗、教学、科研工作30余年，擅长急、慢性和危重型病毒性肝炎、肝硬化以及脂肪肝、酒精性肝病、药物性肝炎和自身免疫性肝病等肝胆疾病的诊疗。

肝病分为感染性和非感染性两大类。侯青顺介绍，感染性肝病包括人们常说的甲肝、乙肝、丙肝、戊肝，非感染性肝病主要是脂肪肝、自身免疫性肝病和药物性肝病。春季是急性和慢性肝病急性发作的时期，尤其是甲肝和戊肝较多，而人们知晓较多的乙肝和丙肝，发作并不多，“现在乙肝的治疗方法比较好，坚持服药，病情可以控制得很稳定，丙肝在坚持治疗几个疗程后，也是可以治愈的”。

对于非感染性肝病，脂肪肝分为酒精类和非酒精类。自身免疫性肝病主要是人体免疫系统对个人组织器官产生了损伤，造成“自己人伤自己人”，这是一种全身性疾病，只是在肝病上表现得更明显。尤其对于中年女性来说，如果莫名患上肝病，很可能是自身免疫性肝病，“中年女性自身免疫性肝病原因并不十分明确，可能和更年期内激素变化、病毒感染等多种原因有关。”侯青顺介绍，药物性肝病则是长期服药，如服用一些中草药、降压药、降糖药造成的，值得提醒的是，这部分患者的病因比较难确定，在确诊前，需要排除其他可能性。

除此之外，肝友们定期到医院复查，是检测抗病毒疗效、及时发现耐药

和副作用的关键环节，一旦发现疗效不佳或病毒水平上升，可以及时进行补救治疗。擅自停药或换药很可能造成病情恶化，因此一定要在专科医生指导下，长期、规范用药。

侯青顺提醒，随着春天的到来，万物复苏，人们外出活动和一起游玩、聚会的机会增加，对于肝友们来说，有三点是需要特别注意的。一是甲肝和戊肝在春季容易通过消化道传播，提醒大家外出聚餐时，选择卫生条件洁净的餐馆；第二、劳累容易导致肝病复发，春季是人们郊游的好时机，对于肝友们来说，要注意劳逸结合，坚持健康、稳定的生活习惯。最后，无论是哪类肝病患者，都要远离酒水，切不可饮酒。

对普通市民来说，日常生活中，应谨防各种肝炎“病从口入”，不吃不干净的食物。进食水产品，特别是毛蚶、蛤蜊等带壳水产品之前，应在高温中多加热一段时间，餐具要消毒，养成良好的饮水习惯，不喝生水。



更多名医信息请关注“优医库QD”

诺奖得主结缘无限极 引领中草药免疫研究

□半岛全媒体记者 王爱科

随着国家“健康中国2030纲要”深入人心，“中医药发展创新”再度成为今年热点话题，推动及践行中医药发展，也成为健康领域的新潮流。3月6日，无限极(中国)有限公司与诺贝尔生理学或医学奖得主朱尔斯·霍夫曼举行签约仪式，双方将在免疫研究领域开展技术合作。

朱尔斯·霍夫曼教授曾当选美、法、德、俄等多国的国家科学院院士，是公认的引领天然免疫发展的先驱。他和同事发现了对天然免疫起至关重要作用的Toll跨膜受体。这一革命性的发现，为预防和治疗免疫相关重大疾病问题开辟了新途径。为此，霍夫曼教授曾获得多项著名国际奖项，包括2011年诺贝尔生理学或医学奖。

霍夫曼教授表示，当今中草药的功效吸引了越来越多的关注，中草药在调节免疫方面的重要作用，已经成为全球学术界的兴趣。无限极在中草药免疫领域建树颇丰、科研实力雄厚，是理想的合作伙伴。

无限极还将与霍夫曼教授带领的科研团队，建立长期战略合作关系，双方在强化免疫抗病毒、肠道免疫等方向开展深度合作，最大化促进免疫领域的基础研究向中草药健康产品的转化应用。

李锦记健康产品集团高级副总裁秦垂新表示，中草药免疫越来越被国际关注，向大众阐释无限极中草药健康产品改善免疫系统的原理，开发精准调控免疫系统的中草药健康产品，成为当前无限极首要挑战，此次合作可将无限极中草药免疫研发水平和产品品质提升到新高度，未来为社会提供更多高品质、高科技含量的中草药健康产品。

# 网红不孕不育专家于萍微信“烫手”

加于萍微信18561620626，酸甜苦辣都能聊

自从本报介绍网红不孕不育专家于萍主任，向大家公布了她的个人微信号(于主任微信号:18561620626)后，于主任的微信号大热，至今为止已有上千个想要孩子的家庭加上了好友，大家在微信里向于主任咨询与优生生育、身体调理、二胎计划相关的话题。“我想要二胎，可是怀了两次都停了怎么办？”“我治了好几年了，换了好几家医院，我还有希望吗？”“我输卵管堵塞，已经三年了，如果用中医治疗，多久能有效果？”于主任，我的医生建议我做试管，可是我又宫寒难坐胎怎么办？”每天都有上百个五花八门的问题飞过来，于主任和她的助理忙得不可开交。

## 热门话题之一：15年不孕喜生子

3月5日，莱西的王女士，不孕已有15年，在于主任门诊治疗后怀孕，和丈夫一起带着孩子来感谢于主任。很多朋友在电视上看到她的节目后，加了于萍主任的微信。王女士瞬间成了朋友圈的热门话题，看了节目的微信好友这下兴奋了，有人说，“唉呀，这下眼见为实了，她15年不能生，这都能生，我有信心了！”还有人说，她卵巢囊肿胖成这样也能调理啊，“我和她一样的情况，怪不得于主任说先帮我减肥呢。”还有人说，“王大姐说了，得坚持，不看这节目我差点要放弃了，我也要坚持。”于主任说，王女士的病情算比较复杂的，又拖了这么久，但是病人有信心，能坚持治疗，成功怀孕生子真是一个大惊喜。



在于主任治疗下，患者成功怀孕并抱着孩子前来看望她

## 热门话题之二：二胎不孕怎么办

在于萍主任的微信中，随便一翻就是咨询各种二胎相关问题的朋友，且有数据显示，全国符合生育二胎条件的900万左右家庭中，60%的女性年龄在35岁以上，50%在40岁以上。其中不少高龄女性急着怀孕，却有心无力，怀不上孩子。不孕不育成为想生育二胎家庭的最大心病。

“年龄在生育中占非常重要的地位，年龄决定了卵子细胞的质量和数量。生育能力也随着年龄的增加而下降，一方

面是卵巢储备功能下降，另一方面是影响生育能力的疾病增加，流产率升高。这些都为二胎的孕育埋下了隐患。”所以于萍表示，想要孕育二胎，一定要进行孕前检查，特别是第一胎有过不孕史，经治疗怀孕的，第二次有怀孕计划的，一定要回来检查，“凡是我的病号，她们都知道，想生第二个孩子了，第一时间联系我。”

## 热门话题之三：福利月为失独家庭献爱心

青岛静康医院在本月举行“爱在三

八，公益助孕检查福利月”，为广大女性朋友的身体健康保驾护航，为家庭生育大计提供专家保障，除了一系列的检查优惠活动外，静康医院还会在本月举行一次公益的于萍主任零距离“分享会”，届时于主任会面对面地和大家进行交流，解答大家的疑惑。

在于萍主任的个人微信好友中(于主任微信号:18561620626)，有一个特殊的群体：失独家庭。从医数十年来，于萍主任对这个群体一直保持着特殊的关怀，她深知她们心灵遭受重大创伤，已经失去生育的最佳年龄，有的甚至排卵功能都已经完全不正常，再想要一个孩子难上加难。于主任曾帮助很多失去孩子的女人重新当上妈妈，这次三八节活动也想有个机会给予她们更多的帮助，这次活动会对这种家庭实行免费的检查大套餐，希望能通过活动给到他们更多的帮助，实现他们再要一个孩子，弥补家庭创伤的心愿。

如果您想参加于萍主任的分享会，那就快点加于主任微信吧！青岛静康医院不孕不育咨询预约电话：0532-82881212。 文/李文辉

