

肝病患者用藥與日常保健

一、肝臟的功能

肝是一個消化器官。食物經由小腸吸收後，經過門靜脈送到肝臟。在肝臟進行一系列生化代謝反應後，組合成身體需要的養分，再經循環系統供應全身養分需要。同時也是內分泌代謝和解毒器官。飲食和身體新陳代謝所產生的有害物質，大部分是在肝臟中經過生化代謝被轉成無害的物。

二、慢性肝病的藥物治療注意事項

只要出現病毒性肝炎或是慢性肝臟疾病，除了依照醫師給予的建議治療外(如：肝安能及干擾素)，不需要靠其他的藥物來解決，因為任何的藥物進入體內都需要肝臟的代謝，反而會增加肝臟的負擔。肝臟是人體的解毒器官，但也會因不當的飲食和服藥而中毒。

坊間許多保肝丸或補品食用之後，反而增加肝臟的負擔，甚至造成猛爆性肝炎，得不償失。其實肝功能(GOT(AST)、GPT(ALT))的指數會因疾病的過程而有高低起伏，這是肝病的自然病程。吃了補藥或其它藥丸之後，若剛好碰上GOT、GPT自然下降的時期，便以為是藥物產生了作用，其實不然。幾個月之後，GOT、GPT又會上升至不正常的階段。沒有吃補藥或保肝藥的患者，GOT、GPT也會下降至正常範圍以內之後又上升。所以GOT、GPT指數由不正常變成正常，並不表示肝病好轉了，藥品見效了。

三、慢性肝病日常生活注意事項

肝臟是我們人體的重要器官，需要我們特別的小心照顧，因此了解自己肝臟的健康及不亂吃成藥(尤其是民間口耳相傳保肝、顧肝的成藥或中藥)，以免”護肝不成反傷肝”。

總之，依照專業醫師的意見治療及服藥、均衡飲食、規律生活、保持愉快心情、適度運動、禁菸酒、適度休息及睡眠、不濫服藥物，並定期做健康檢查，才是最好的保肝之道。

