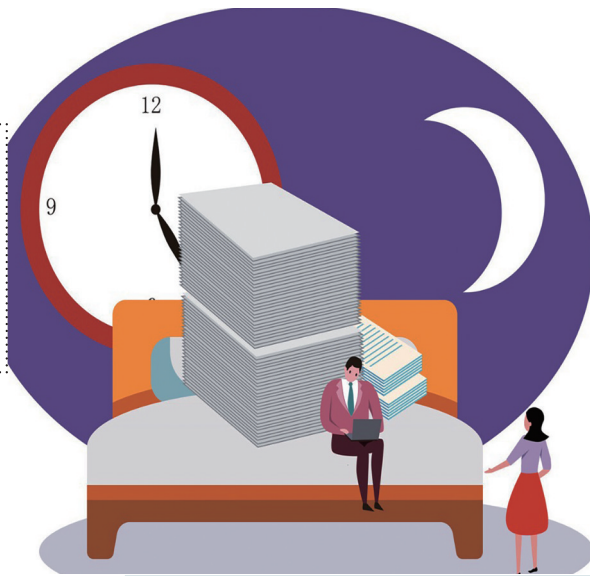


保肝药是护身符还是智商税？ 这份保肝药避雷指南快收藏

记者 刘威

案例

张先生是银川一家商贸公司的销售经理,经常需要应酬喝酒。知道喝酒伤肝,所以每次喝完酒,张先生都会服用保肝药,认为这样可以保护肝脏。然而,在今年的体检中,张先生被查出患上了重度酒精性脂肪肝。



今年3月18日是第25个全国爱肝日。如今,在一些购物网站上,保肝药被包装成“解酒护肝”“熬夜必备”的神药。这些宣传让很多人产生了误解:保肝药可以预防肝病,甚至可以治疗肝病。但事实真的如此吗?本期,宁夏回族自治区人民医院临床药师王基云为大家科普了保肝药的相关知识,并且为大家梳理了保肝药服用的一些常见认识误区。

资料图片

哪些情况下 需要使用保肝药?

王基云介绍,保肝药是指能够改善肝脏功能、促进肝细胞再生、增强肝脏解毒功能的一大类药物。

当出现以下情况时,可以在医生的指导下使用保肝药:

- 病毒性肝炎;
- 脂肪性肝病;
- 药物性肝病;
- 自身免疫性肝病;
- 工业污染、环境中毒性肝病;
- 对于原因不明的肝酶升高患者,在不影响检查确诊的同时,可适时适量选用有效的抗炎保肝药物治疗;
- 应用抗结核药物及抗肿瘤药物时常易引起肝损伤,这种情况下通常建议预防性应用抗炎保肝药物。

保肝药物有哪些?

目前,抗炎保肝药物可大致分为以下六类

- 抗炎类药物:**
代表药物有甘草酸制剂,如复方甘草酸苷片、甘草酸二铵胶囊等。
- 肝细胞膜修复保护剂:**
代表药物是多烯磷脂酰胆碱。
- 解毒类药物:**
代表药物有还原型谷胱甘肽、硫普罗宁等。
- 抗氧化类药物:**
代表药物是水飞蓟素类和双环醇。
- 利胆类药物:**
常用代表药物是熊去氧胆酸、腺苷蛋氨酸。
- 中成药:**
包括扶正化瘀胶囊、安络化纤丸等。这些抗纤维化中成药在一定程度上可以阻止肝脏炎症的发生和发展。

“保肝药种类繁多,作用机制各不相同,但本质上都是针对已经受损的肝脏进行治疗,而不是用来预防肝病的。滥用保肝药非但不会保肝,反而可能造成肝脏及其它脏器的损害,因此服用保肝药必须遵从医嘱,合理选用。”王基云提醒。

01

吃保肝药就能 继续熬夜、大吃大喝?

35岁的程序员刘先生长期熬夜加班,一日三餐靠外卖解决。自从去年查出患有轻度脂肪肝后,他开始服用保肝药,但生活方式毫无改变。一年后复查发现,刘先生的脂肪肝不仅没有好转,反而发展为中度,肝功能指标异常。

对此,王基云表示,许多人认为,只要按时吃保肝药,就可以继续熬夜、吃高油高糖食物。实际上,保肝药对肝脏的保护作用非常有限,它无法抵消不健康的生活方式对肝脏带来的持续性伤害。

02

查出肝功能异常 就需要吃保肝药?

26岁的研究生小吴体检发现谷丙转氨酶是85 U/L(正常值是<40 U/L),他想可能是自己天天熬夜导致的,于是买来水飞蓟素服用。3个月后复查结果显示,小吴的谷丙转氨酶有所下降,但出现皮肤瘙痒、眼白发黄等症状,进一步检查确诊为原发性胆汁性胆管炎,需住院治疗。知道自己因盲目使用保肝药掩盖了原发疾病,小吴后悔不已。

“体检发现转氨酶升高,就急着吃保肝药是常见的认知误区。如果因生活方式不健康导致的肝功能轻度异常,可通过健康饮食、适当运动、规律生活进行调节,先不需要吃保肝药。另外,肝功能异常也可能是相关疾病的信号,盲目使用保肝药可能掩盖真实病因。”王基云提醒。

03

联合使用 多种保肝药疗效更好?

58岁的糖尿病患者陈阿姨,因药物性肝损伤开始服用谷胱甘肽。后来,她听信网上一些病友的建议后,自行加用了另外两款保肝药,希望“三管齐下”加速康复。但三个月后复查发现,她的谷丙转氨酶不降反升,从86 U/L飙升至210 U/L。

“陈阿姨服用的三种保肝药代谢途径重叠,加重了肝脏负担,部分成分还会竞争性抑制药效。一些患者认为药效叠加就是疗效翻倍,于是盲目联用多种保肝药,不仅不能增强疗效,还可能引发药物相互作用,造成肝损伤加重。”王基云分析。

04

保肝药 可当保健品长期吃?

42岁的市民赵女士,听邻居说用水飞蓟素可以保养肝脏,便自行购买该药物让全家人每日服用。一年后体检发现,她和丈夫的谷氨酰转氨酶分别升高至98 U/L和120 U/L(正常值<50 U/L),15岁儿子的碱性磷酸酶异常增高。

许多消费者将保肝药视为日常保健品,这种认知极其危险。保肝药本质是药品,大部分保肝药本身需通过肝脏代谢,长期滥用可能引发药物性肝损伤,甚至会掩盖真实病情。

05

保健品 可以替代保肝药?

28岁的市民林女士因工作需要经常熬夜、喝酒,体检查出转氨酶轻度升高并且还有脂肪肝,于是她赶紧购买了一款网红护肝片。该护肝片外包装显示药品含有奶蓟草、姜黄素等“天然护肝成分”。但服用3个月后,她的谷丙转氨酶从68 U/L升至142 U/L。

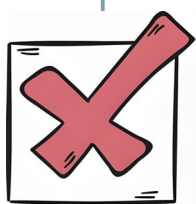
市场上许多护肝类保健品,常以“天然成分”“无副作用”为卖点,让消费者误以为其可以替代保肝药。实际上,保健品与药品有本质区别:保肝药需通过药品审批,具备治疗作用,而保健品仅有辅助调节人体机能的作用,且长期服用可能暗藏健康风险。

06

保肝药就是“解酒药”?

42岁的银川市民赵先生从事销售工作,喝酒是工作常态,每次喝完酒,水飞蓟素这类保肝药就成了他的“解酒药”。今年年初,赵先生因腹水、下肢严重水肿住院,被诊断为重度酒精性脂肪肝。

保肝药就是“解酒药”,这是很多酒友给保肝药的定义,其实不然。“所谓的‘解酒药’主要是帮助缓解饮酒后的不适症状,如头痛、恶心等,而保肝药主要用于保护肝脏细胞免受损伤,并不能缓解因长期过度饮酒导致的肝细胞大量坏死、肝纤维化。”王基云进一步解释。



六大误区要注意