

کبد چرب

مؤلف

دکتر سیدمؤید علویان

فوق تخصص گوارش و کبد

استاد دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج)

سرشناسه: علویان، مؤید، ۱۳۴۱ -

عنوان و نام پدیدآور: کبد چرب مؤلف: سید مؤید علویان

مشخصات نشر: تهران: اردوان آفرنگ، ۱۳۹۰

مشخصات ظاهری: ۳۲ ص. - مصور

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۰۱۷-۸-۸

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: چاپ پنجم

موضوع: کبد چرب

موضوع: کبد - بیماری‌ها

رده‌بندی کنگره: ۶۱۶.۳۴۲: ۷۸۰.۸۳۸۸۳۸

کتاب‌شناسی ملی: ۲۵۲۲۲۵۷

هر گونه استفاده از مطالب این کتاب
بدون ذکر منبع بلامانع است.

کتاب: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۰۱۷-۸-۸

ISBN: 978-600-91017-8-8

نام کتاب:

کبد چرب

ناشر:

نشر اردوان

ناشر همکار:

نشر آفرنگ

نویسنده:

دکتر سید مؤید علویان

ویراستار:

مینا میناپور

صفحه آرا:

سمیه نجاری

طراح جلد:

معصومه سعیدی

لینوگرافی:

راهین

چاپ:

سپه

صحافی:

سپه

نوبت چاپ:

نخستین بار - پاییز ۹۰

تیراژ:

۱۰۰۰ نسخه



مرکز بخش تهران، خیابان سپهبد قری، بالاتر از چهارراه طالقانی، پش چهارراه شاداب، پلاک ۱۷۸

تلفن: ۸۸۹۴۵۱۸۶ و ۸۸۹۰۷۱۵۴، فاکس: ۸۸۹۴۵۱۸۸

سرشناسه علویان، مؤید، ۱۳۲۱
 عنوان و نام پدیدآور: کتب چرب/مؤلف سید مؤید علویان
 مشخصات نشر: تهران: اردوان، آفرنگ، ۱۳۹۰.
 مشخصات ظاهری: ۲۲ص: مصور.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۰۱۷-۸-۸
 وضعیت فهرست‌نویسی: همیا
 ناشر: چاپ سجم
 موضوع: کتب چرب
 موضوع: کتب - بیماری‌ها
 ردیف‌نویسی: کنگره، ۱۳۹۰، RC۵۸۱/۵۳۸
 ردیف‌نویسی: دیوبی ۶۱۶۳۶۲
 شماره کتابشناسی ملی: ۷۵۲۲۲۵۷

هر گونه استفاده از مطالب این کتاب
 با ذکر منبع بلامانع است.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۰۱۷-۸-۸

ISBN: 978-600-91017-8-8

نام کتاب:	کبد چرب
ناشر:	نشر اردوان
ناشر همکار:	نشر آفرنگ
نویسنده:	دکتر سید مؤید علویان
ویراستار:	مینا میناپور
صفحه‌آرا:	سمیه تجاری
طراح جلد:	معصومه سعیدی
لیتوگرافی:	رامین
چاپ:	سپه
صحافی:	سپه
نوبت چاپ:	پنجم - اول ناشر - پاییز ۹۰
تیراژ:	۱۰۰۰ نسخه



مرکز پخش: تهران، خیابان سپهبد قری، بالاتر از چهارراه طالقانی، نبش چهارراه شاداب، پلاک ۱۷۸

تلفن: ۸۸۹۴۵۱۸۶-۷، ۸۸۹۰۷۱۵۴-۸۸۹۴۵۱۸۸، نمابر: ۸۸۹۴۵۱۸۸



مقدمه

بیماری‌های کبدی از بیماری‌های شایع در کشورمان است و بیش از دو میلیون نفر از هموطنان عزیز به این بیماری مبتلا می‌باشند. کسب اطلاعات و افزایش آگاهی عمومی، مهمترین راه پیشگیری از این بیماری و کمک‌کننده در درمان مبتلایان به این بیماری است.

حل معضل بیماری‌های کبدی، اهتمام مردم شریف و مسئولین بهداشت، درمان و آموزش کشور را طلب می‌کند. افزایش آگاهی‌ها در مورد رژیم‌های غذایی و تأثیر آن‌ها بر بیماری‌های کبدی، برنامه‌ریزی دقیق برای شناسایی ناقلین هپاتیت، اجرای مراقبت‌های بهداشتی، ممانعت از ابتلای دیگران، اجباری نمودن آزمایش هپاتیت «بی» در هنگام بارداری و انجام مراقبت‌های لازم برای ممانعت از ابتلای نوزاد در هنگام تولد، واکسیناسیون تمام نوزادان و کودکان کمتر از ۶ سال و افراد پرخطر به طور رایگان، توجه به بهداشت مراکز درمانی و رعایت نکات بهداشتی در کلینیک‌های تخصصی نظیر دندانپزشکی‌ها و سایر مراکز مراقبت‌های سرپایی، بالا بردن سطح آگاهی عمومی درباره شیوه‌های ابتلا به بیماری‌های کبدی و تغییر نگرش مردم نسبت به این بیماری‌ها و شناسایی زاده‌های انتقال و حذف آن‌ها، جزو اهم اموری است که می‌توان به کمک آن بیماری را مهار کرد. خوشبختانه درمان‌های مؤثر و مفیدی برای این عزیزان وجود دارد و استادان عالی‌قدر و بنام کشور برای درمان آنان تلاش می‌کنند.

کبد چرب که در جریان سندرم متابولیک به وجود می‌آید، می‌تواند فرد را در معرض خطر سکت‌های قلبی، دیابت قندی و نارسایی کلیه قرار دهد؛ لذا باید آن را زود تشخیص داد و درمان کرد.

دکتر سیدمؤید علویان

فوق تخصص گوارش و کبد

استاد دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج)





فهرست

ف
ه
ر
س
ت

۷	مقدمه
۷	علل کبد چرب
۸	علائم و نشانه‌های کبد چرب
۸	تشخیص کبد چرب
۹	نقش سونوگرافی در تشخیص کبد چرب
۱۰	نقش بیوپسی کبد در تشخیص کبد چرب
۱۰	درمان
۱۳	الکل و کبد چرب
۱۳	دیابت شیرین
۱۷	اختلالات چربی خون
۱۷	کاهش مصرف چربی اشباع‌شده در غذای مصرفی
۱۷	زدودن کالری‌های اضافی
۱۸	افزایش مصرف فیبرهای غذایی
۱۸	حذف کامل مصرف الکل
۱۸	قطع استعمال دخانیات
۱۹	وجود برنامه منظم ورزشی
۱۹	مصرف بیشتر ماهی سفید
۲۰	چاقی و کبد چرب
۲۱	مبارزه با چاقی
۲۲	باورهای غلط در مورد چاقی
۲۵	نقش ورزش در کاهش وزن
۲۶	دستورهای زیر را در ورزش کردن رعایت کنید
۲۸	علل متفرقه
۳۰	ویتامین E
۳۰	خار علیص
۳۱	اورزوداکسی کولیک اسید (UDCA)
۳۱	متفورمین

