

预防肝癌的宣教



目录

- 肝癌的基本知识
- 肝癌的预防措施
- 肝癌的筛查和诊断
- 肝癌的治疗方法
- 肝癌的康复和护理

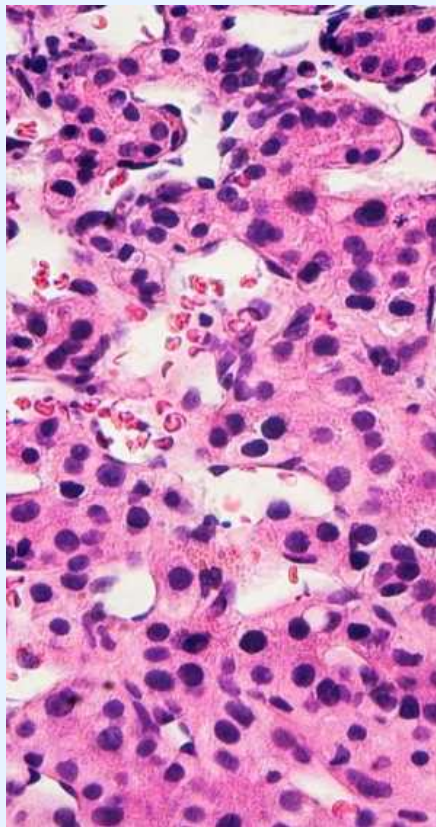


01

肝癌的基本知识



肝癌的定义



01

肝癌是一种发生在肝脏的恶性肿瘤，由肝细胞或胆管细胞异常增生形成。



02

肝癌是全球范围内常见的恶性肿瘤之一，其发病率和死亡率较高。

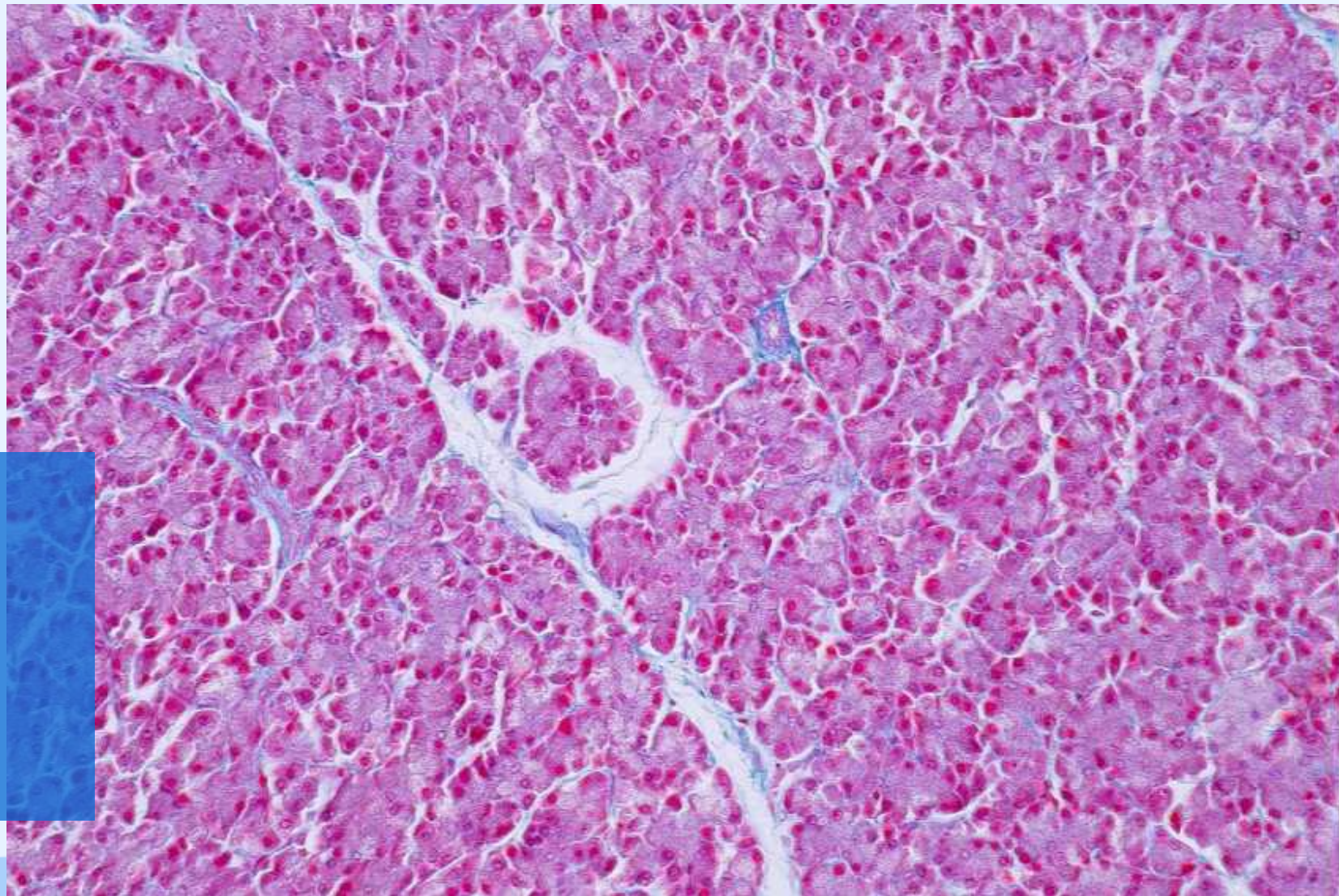


肝癌的分类



根据组织学分类，肝癌可分为肝细胞癌和胆管细胞癌两类。

肝细胞癌是最常见的肝癌类型，占有肝癌的80%以上。



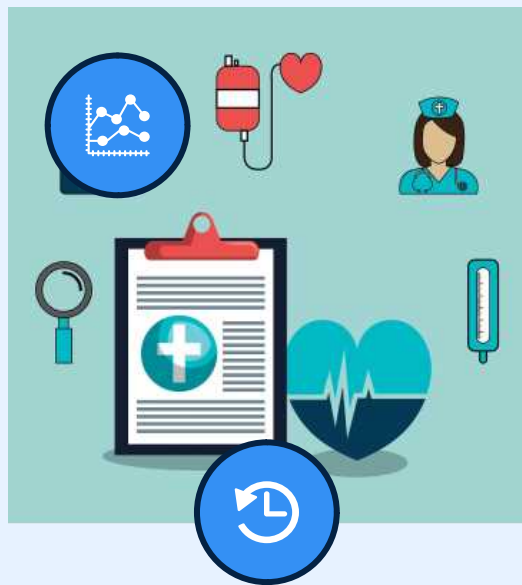


肝癌的病因



乙肝和丙肝病毒感染

乙肝和丙肝病毒是导致肝癌的主要原因之一。



长期饮酒

长期大量饮酒会导致肝脏损伤，增加肝癌的风险。

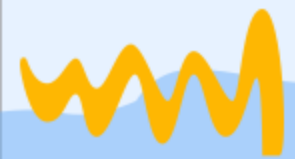


黄曲霉素

黄曲霉素是一种致癌物质，长期接触会增加肝癌的风险。

其他因素

如遗传因素、环境因素等也可能与肝癌的发生有关。





肝癌的症状



右上腹疼痛

肝癌早期可能出现右上腹疼痛的症状。



食欲不振

肝癌患者可能会出现食欲不振、恶心、呕吐等症状。



黄疸

肝癌可能导致肝脏功能受损，引起黄疸症状。



腹水

肝癌晚期可能出现腹水症状，表现为腹部肿胀、呼吸困难等症状。

02

肝癌的预防措施



控制肝炎



肝炎是肝癌的主要诱因之一，控制肝炎的传播和发病是预防肝癌的重要措施。



接种肝炎疫苗是预防肝炎的有效手段，同时也要注意个人卫生，避免接触肝炎病毒。



对于已经感染肝炎的患者，应积极进行治疗，控制病情发展，降低肝癌风险。



健康饮食



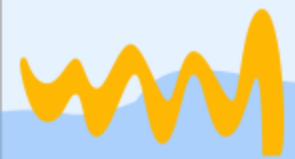
饮食是肝癌发病的重要因素之一，保持健康饮食习惯有助于预防肝癌。



控制盐的摄入量，避免食用含有黄曲霉素等致癌物质的食物。



多食用新鲜蔬菜、水果、全谷类食物等富含膳食纤维、维生素和矿物质的食物，减少高脂肪、高热量、高胆固醇食物的摄入。





避免长期大量饮酒



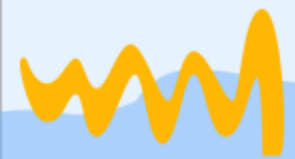
长期大量饮酒是肝癌发病的危险因素之一，应尽量避免饮酒或控制饮酒量。



如果无法戒酒，应适量饮酒，男性每天不超过两杯，女性每天不超过一杯。



注意酒的质量和来源，避免饮用假酒和劣质酒，减少酒精对身体的危害。





保持良好生活习惯

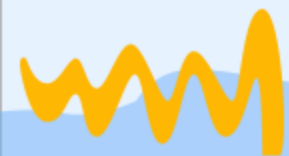


良好的生活习惯有助于预防肝癌，包括规律作息、适度运动、保持良好的心态等。

避免长时间久坐、缺乏运动等不良生活习惯，适量运动有助于促进新陈代谢和血液循环，增强身体免疫力。



注意心理健康，及时调节情绪，避免长期处于紧张、焦虑等不良情绪状态中。



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/795114303112011120>