

为积极响应市委、市政府推进“健康盐城”建设号召,充分发挥名院、名科、名医的优质医疗资源和专家人才优势,进一步增强群众健康获得感、幸福感、安全感,盐阜大众报业集团联合市卫健委和市政府驻上海联络处,定期邀请上海盐城医疗专业协会专家全面系统地进行健康知识科普,敬请关注。

名院名医健康科普专栏

栏目主持人 姜琰

接轨上海 健康同行

特约刊登:上海衡道医学病理诊断中心

肝移植:生命的馈赠与重启

名医名片



孙汉勇,香港中文大学医学博士,主任医师,现任上海交通大学医学院附属仁济医院肝脏外科诊疗中心七病区主任,中华医学会器官移植分会肝脏移植学组委员、再生与工程学组委员,上海市医学会器官移植专科分会青年副主任委员、上海市医学会输血专科分会委员,主持国家自然科学基金、省部级课题各2项,作为项目研究骨干参与国家重点研发计划等重大临床研究项目,在国际权威期刊发表SCI论文20余篇。

长期深耕于肝脏外科领域,在终末期肝病及肝脏肿瘤的外科治疗方面积累了丰富的临床与科研经验。从事临床工作20余年,专注于肝胆疾病的精准诊疗与外科手术,尤其在肝移植和复杂肝切除领域技术精湛。年均主刀完成肝移植、复杂肝肿瘤切除等四级手术300余例,手术成功率和远期生存率均居国内前列,为大量终末期肝病及肝脏恶性肿瘤患者带来新生。

肝脏是身体的“超级化工厂”,负责代谢、解毒、合成营养。当它因疾病彻底罢工,肝移植就成了重启生命的最后希望。今天,我们用通俗的语言,带您全面了解这项生命奇迹。

什么时候必须“换肝”

肝移植不是首选疗法,而是终末期肝病患者的救命稻草。当常规治疗无力回天时,医生才会考虑。

这些疾病,最终可能需要换肝:肝硬化终末期:肝脏被疤痕取代,变得又硬又没用。常见于长期乙肝/丙肝、长期酗酒,以及与肥胖相关的脂肪肝;急性肝功能衰竭:肝脏在几周内突然大面积坏死,多由药物过量、毒蘑菇或严重病毒感染引起,常需紧急移植;肝脏恶性肿瘤:如肝癌,若肿瘤符合标准且未转移,肝移植能同时切除肿瘤并替换病肝;先天性代谢病:如“肝豆状核变性”,肝脏缺少某种代谢功能,移植是唯一根治办法;胆汁淤积性肝病:胆汁排不出,长期“泡坏”肝细胞,最终肝硬化。

出现这些信号,说明肝脏“撑不住”了:反复意识模糊;顽固性腹水消不下去;食管或胃底血管破裂大出血;肾脏突然功能衰竭。一旦出现,必须尽快评估移植。

不是想换就能换

通过严格评估,确保手术安全且患者能真正获益。评估分两方面:医学评估:用评分系统判断病情紧急程度,分数越高越优先。同时检查心、肺、肾能否承受大手术,并排查未控制的感染或肝外转移癌。

心理与社会评估:患者和

家属要有心理准备,能承受压力。最关键的是“依从性”——能否严格听医生的话,按时吃药、定期复查。很多移植失败都是因为擅自停药。

通过评估后,患者进入等待名单。肝源可能几天到几个月甚至更久才出现。等待期间需尽量维持身体状态,为手术做准备。

肝源从哪里来

每一个可用肝脏,都是一份沉甸甸的馈赠。

公民逝世后器官捐献:当捐献者家属在悲痛中做出伟大决定,肝脏会通过国家系统分配给最需要的患者。为了节约资源,医生还可能将一个成人肝脏“一分为二”,分别移植给一名成人和一名儿童,实现“一肝两用”。

活体肝移植:健康的直系亲属或配偶,自愿捐献部分肝脏。医生会严格遵循“捐献者安全第一”原则,确保不影响其未来生活。优点是手术可按计划短期内完成,医疗费用低,经严格评估筛选后的活体肝移植手术与公民逝世后捐献肝移植手术疗效相当。

肝移植怎么做

肝移植被誉为“外科手术皇冠上的明珠”,是一场持续数小时的马拉松。

手术分四步走:切除病肝:小心翼翼地将硬化的病肝与周围血管分离,避免大出血;修整供肝:在另一台手术中,将捐献的肝脏修剪至最佳状态;新肝植入:将新肝放入,像“接水管”一样,依次连接门静脉、肝动脉、肝静脉。当血流打开,苍白的肝瞬间变红、开始工作,这便是最激动人心的“再灌注”时刻;重建胆管:连接好胆管,让

胆汁能正常排出。术后,患者将进入ICU接受24小时严密监护。

手术成功只是第一步,术后的“保养”才是真正的大考。

出院后,要做好下面几件事。终身服药,绝不能擅自停:免疫抑制剂是移植肝的“护身符”,必须严格按时吃;定期复查,不能偷懒:从每周到逐渐延长间隔,终身坚持;预防感染,细节很重要:勤洗手、戴口罩,避免去人多的地方,食物必须彻底煮熟;健康生活,给新肝“减负”:饮食均衡,多吃优质蛋白和蔬果,少吃高盐高脂食物,从散步开始循序渐进地运动,必须彻底戒烟,绝对禁酒。

挑战与未来希望

术后1年生存率超90%,5年生存率70%~80%,但患者仍需面对长期挑战。排斥反应:即使吃药也可能发生,但及时发现大多能控制;感染风险:免疫力低,感染始终是潜在威胁;药物副作用:长期服免疫抑制剂可能导致高血压、肾损伤等,但医生会监测并调整用药;原发病复发:如乙肝或肝癌,需长期预防和监测。

医学进步,让未来更值得期待:科学家正研发副作用更小的新型免疫抑制剂,并探索“免疫耐受”的终极目标——让身体接受新肝,从此无需服药。利用干细胞培育“人造肝脏”或基因编辑猪的肝脏进行移植,也正在从梦想走向现实,有望从根本上解决肝源短缺问题。

肝移植,是一场生命与死神的赛跑,是一次医学与爱心的接力。它赋予患者第二次生命,但这份新生来之不易,需要医患共同呵护,更需要患者终身珍惜。愿更多人了解肝移植,理解器官捐献的意义,让更多生命在大爱中延续。

寻医问药

特约刊登:盐城市中医院

春季如何养肝

家住市区禾成花园的居民夏奶奶来电咨询:最近总是感觉无力疲惫,眼睛干涩,肝不舒服,请问有什么治疗方法?

省名中医、市中医院主任中医师徐兆山答:在中医理论中,冬季阳气内敛,到了春天,天地间的阳气开始逐渐生发,对应人体的“肝气”也进入旺盛阶段。肝气顺畅则身体康健、心情舒畅,反之则容易出现乏力、烦躁等问题。因此,中医强调养生既要助力阳气生发,又要抵御残余寒气,避免阴阳失衡。

饮食调理,养阳疏肝:中医强调立春饮食“宜辛甘发散,忌酸收寒凉”。建议食用以下食材:辛温食材,如生姜、大蒜、韭菜等,这些食材能温中散寒、激发阳气;温补杂粮:如小米、燕麦、南瓜等,春季阳气生发,但脾胃功能尚未完全恢复,不宜多食油腻。

经络调理,3个穴位:中医认为,通过按摩特定穴位,能疏通经络、激发阳气、疏肝理气,操作简单,每天花5~10分钟即可。

太冲穴:位于足背第一、二跖骨间,跖骨底结合部前方凹陷中。用拇指指腹按压,每次按压3~5分钟,力度以酸胀感为宜,能帮助肝气顺畅运行。

足三里穴:位于小腿外侧,犊鼻下3,犊鼻与解溪连线上。用食指和中指并拢按压,每次5分钟,力度适中,能增强脾胃功能。

大椎穴:位于后正中线上,第7颈椎棘突下凹陷中。用手掌搓热后按在大椎穴上,顺时针揉搓100次,直到局部发热,能起到温阳散寒的作用。