

# 脂肪肝不仅仅是亚健康！

2017年至2022年,我国575万余例成人健康体检的数据显示,脂肪肝和重度脂肪肝的患病率高达44.4%和10.6%。当肝脏被脂肪悄悄“攻占”,身体会出现哪些变化?我们又该如何为肝脏“减脂”?

## 可引发多种健康风险

脂肪肝是指肝脏内脂肪异常堆积,超过肝脏重量的5%导致的一种病理状态。

“根据病因和病理特征,脂肪肝主要分为代谢相关脂肪肝、酒精性脂肪肝、继发性脂肪肝、特殊类型脂肪肝四类。”首都医科大学附属北京友谊医院肝病中心主任医师王倩怡向记者详细介绍了不同类型脂肪肝的成因。

代谢相关脂肪肝,也称非酒精性脂肪肝,是最常见的类型。该型脂肪肝与代谢紊乱密切相关,如肥胖、2型糖尿病、高脂血症、代谢综合征等。酒精性脂肪肝是由长期过量饮酒导致的,一般来讲,男性每天酒精摄入量超过40克,女性每天酒精摄入量超过20克,罹患脂肪肝的风险将显著提升。继发性脂肪肝

通常由药物或毒物诱导形成,如长期使用糖皮质激素、化疗药物等,或由严重营养不良、遗传代谢性疾病如威尔逊病、脂质代谢障碍等导致。特殊类型脂肪肝包括妊娠急性脂肪肝、溶血、肝酶升高和血小板减少综合征(HELLP 综合征)等,相对罕见。

得了脂肪肝,肝脏先受其害。王倩怡说,脂肪肝可从早期的单纯性脂肪肝,也就是肝脏仅有脂肪沉积增多但无明显炎症,逐渐进展至脂肪性肝炎、肝纤维化甚至肝硬化,并可能出现消化道出血、腹水、肝性脑病、肝癌等严重并发症。晚期可能会导致肝功能衰竭。部分脂肪肝患者可不经肝硬化直接发展为肝癌。

除了对肝脏的危害外,脂肪肝的危害也能伸向全身。以最常见的代谢相关脂肪肝为例,该型脂肪肝可伴内分泌紊乱,引起月经不调、受孕困难等;还可引起全身低度炎症,增加多种慢性病特别是肿瘤发生的风险;促使2型糖尿病及其并发症发生、进展;导致心脑血管疾病和慢性肾脏病的发生风险均显

著增加。

## 减重戒酒是关键

“脂肪肝通常不会引起明显的不适,且发展‘沉默’、缓慢,因此常常被忽视。”首都医科大学附属北京友谊医院肝病中心副主任医师武丽娜说。

不同类型的脂肪肝,防治措施也有所不同。

“对于代谢相关脂肪肝,科学减重是最重要、最根本的治疗方式。”清华大学附属北京清华长庚医院肝胆内科主治医师谢思表示,1年内减重3%~5%可逆转肝脏脂肪沉积并改善代谢综合征,体重下降7%~10%可显著改善肝脏功能及脂肪性肝炎,体重下降10%以上并维持1年可逆转肝纤维化。

“对于年轻人,‘管住嘴、迈开腿’减掉的不只是脂肪,更是不良的生活习惯。”谢思说,但也不能采取过度减肥的方式,一旦饿出营养不良,可能会加重脂肪肝。

对于酒精性脂肪肝戒酒是重中之重。

戒酒在酒精性脂肪肝早期十

分有效,肝内的脂肪沉积可在戒酒数周或数月内完全消退。

“但如果病情进展到了肝硬化阶段,单靠戒酒就已经无法让肝脏恢复如初了,届时需采取综合治疗手段减缓肝病发展进程。”武丽娜说,继发性脂肪肝和特殊类型脂肪肝也应遵循消除病因配合常规治疗的原则。例如,威尔逊病引发的继发性脂肪肝,是因患者体内铜代谢发生障碍,导致铜离子在肝脏、大脑等器官异常沉积,造成脂肪肝、肝硬化、神经系统损害及多系统病变。其治疗主要在于驱铜治疗,通过药物促进体内铜排泄,消除“铜异常沉积”这个病因,才能缓解该类脂肪肝。再如,特殊类型脂肪肝中的妊娠急性脂肪肝,是孕妇妊娠后期的急性并发症,严重威胁孕妇和胎儿的生命健康,病死率高。对此,建议立即进行剖宫产或终止妊娠,只有消除“妊娠”这一病因,才能及时挽救母亲和孩子的生命。

脂肪肝是一种疾病,绝不仅仅是一种亚健康状态,千万不可小觑。(据《科技日报》)

# 分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)  
郑重声明:本栏各类信息,如要求交付押金或预付款时,务必小心,敬请广大客户注意甄别假冒行为,谨防受骗,负责后自负责。

**通知**  
股东崔保维,内蒙古云朵电子科技有限公司决定在2025年7月8日召开股东会,决议注销该公司,请股东崔保维按时参加会议,如逾期未参加的,将视为放弃股东表决权。内蒙古云朵电子科技有限公司 2025年7月1日

**解除《商品房买卖合同》(预售)公告**  
致:内蒙古恒悦旅游开发有限公司  
本人贾晓宏(以下简称“买方”)与您公司于2021年8月29日签订《商品房买卖合同》(预售)(合同编号:YS2021061000)约定买方购买位于和林格尔县盛乐镇郭宝宫村呼和浩特恒大文化旅游城一期地块四项目10号楼3单元3层302房屋。现因以下原因,买方依据我国《民法典》及合同相关约定,决定解除上述购房合同因您公司逾期交房,违反了合同第十一条交付时间和手续(一)出卖人应当在2024年6月30日前向买受人交付该商品房和合同第十二条逾期交付责任的约定,出卖人逾期交付180日后,买受人有权解除合同。  
根据我国《民法典》第563条等规定,买方现正式通知您公司:1.自本通知送达之日(2025年7月30日)起,双方签订的《商品房买卖合同》(预售)(合同编号:YS2021061000)正式解除;2.收到本通知15日内,配合办理合同解除相关手续并退还全部购房款,特此公告。  
公告人:贾晓宏 2025年7月30日

**内蒙古伊东集团宏鑫煤炭有限责任公司煤矿煤矿矸石综合利用协同治理并工矿沉陷区建设项目环境影响评价第二次公示**  
按照《环境影响评价公众参与暂行办法》规定“内蒙古伊东集团宏鑫煤炭有限责任公司煤矿煤矿矸石综合利用协同治理并工矿沉陷区建设项目”征求意见稿已完成,现向公众进一步征求公众意见:  
①意见稿网络链接:链接:https://pan.baidu.com/s/1M1pCxt08lRppu0GSynGAvGvC;提取码:1e4j  
②公众可就近到建设单位办公地址查阅纸质版。  
③征求公众意见范围:环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织。  
④公众可通过信函、邮件等方式,规定时间内将填写的公众意见表等提交建设单位,反映与建设项目环境影响评价有关的意见和建议。  
⑤联系方式:李总 15934906991  
⑥公众提出意见为本公告公布之日起10个工作日内。

**关于陈吉文办理离职手续通知**  
陈吉文(身份证号:652625\*\*\*\*\*2535):  
您于2024年12月20日至休假期满后至今未来到公司返岗工作,且未办理任何手续。根据公司相关制度规定员工辞职须办理离职相关手续并以书面形式进行工作交接,您的行为已严重违反公司管理制度,现公司要求您于2025年8月30日前到公司办理离职手续,并用书面形式进行相关的交接事宜,若您到期后仍未办理离职手续,我公司将按照自动离职处理。特此通知  
内蒙古圣牧高科技牧业有限公司分公司  
2025年7月30日

广告刊登电话

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

## 遗失声明

●施水云(身份证号150122196806014510)将呼和浩特市托克托县古城镇南斗林盖村的土地确权证丢失,农村土地承包经营权证代码150122103211000015J,特此声明  
●不慎将包头市荣驰运输有限公司蒙B99478营运证丢失,证号:150207507732,声明作废  
●鄂托克前旗日兴农牧业机械设备有限公司(代码92150623MA0R7LXQXN)的公章丢失,声明作废  
●武川县可镇中心敬老院遗失银行开户许可证,核准号:J1910005460601,账号:0602002109200048543,开户银行:中国工商银行呼和浩特市武川县支行,特此声明  
●蒙树生态建设集团有限公司遗失位于和林格尔县盛乐经济园区克路村土地承包经营权、森林及树木所有权不动产登记证书,产权证号为:蒙(2021)和林格尔县不动产产第0001066号,声明作废  
●陈子昂(父:陈松青,母:张帆)遗失出生医学证明,出生证编号X150108088,声明作废  
●鄂尔多斯市金泉农牧民专业合作社(代码931506266800146915)遗失财务章、法人章、合同章丢失,声明作废  
●内蒙古木森科技有限公司(代码911501053963056191)遗失公章一枚,声明作废  
●鄂尔多斯市祥源旭服业有限公司(统一社会信用代码:91150602670655460L)遗失公章一枚,章号:1527010150181,声明作废

## 注销公告

●鄂托克前旗上矿科大鹰骏幼儿园(统一社会信用代码:52150623MJY05371XM)举办者于2025年6月30日决定注销该幼儿园,并于同日成立清算组,对幼儿园原有债权、债务进行清理,现请该幼儿园债权人向在本公告刊登之日起45日内向幼儿园清算组申报债权。联系人:徐晶品,联系电话:15048737558,邮箱:3432504903@qq.com,地址:鄂尔多斯市鄂托克前旗上海店镇镇蒙佳苑

●包头市佳音物流有限公司遗失蒙BA7370的道路运输证,证号150203177733,声明作废  
●回民区润联通信技术服务部(个体工商户)遗失基本存款账户信息表,账号05555201040001235,开户行:中国农业银行股份有限公司呼和浩特市云中路支行,声明作废  
●吴先锋新声音播孵化基地支部委员会遗失党支部公章一枚,声明作废  
●母亲:吕子花,父亲:刘海学,儿子刘春礼于2011年05月19日15时00分出生,现其《出生医学证明》(编号:L150088462)丢失,声明作废  
●内蒙古肥市有肥生物科技有限公司遗失营业执照正本,统一社会信用代码91150102MAC3JBLF259;遗失公章一枚,声明作废  
●固阳县金山镇河楞村民委员会的开户许可证遗失,核准号J1922000166901,账号:919220000545101,账号:6180201000100032199,开户银行:固阳县农村信用合作社有限公司金山支行,声明作废  
●内蒙古鹿浩物业服务有限公司工会委员会的开户许可证遗失,核准号J1922000545101,账号:6180201000100032199,开户银行:固阳县农村信用合作社有限公司金山支行,声明作废  
●内蒙古欧泰建筑装饰工程有限公司的公章遗失,公章编号:1503020026472,声明作废  
●内蒙古品牌罗辑社咨询有限公司的公章遗失,公章编号:15020410014534,声明作废  
●鄂尔多斯市霖依商贸有限公司(统一社会信用代码:91150602MA0N368J7Y)遗失公章一枚,章号:1527010073830,声明作废

●内蒙古洋洋物业服务有限责任公司(统一社会信用代码91150103MA0PRUQ39R)遗失公章一枚,声明作废  
●李埃应(身份证号150122195211252531)不慎遗失呼和浩特市托克托县新营子镇南什拉乌素壕村的土地确权证,证号:150122101204000105J,土地总面积27.86亩,声明作废  
●伊金霍洛旗浩翔文具店(统一社会信用代码92150627MA0NMXJD52)遗失法人(孙长青)章一枚,声明作废  
●樊四改(身份证号150122195406104029)将呼和浩特市托克托县古城镇乔富营村的土地确权证丢失,农村土地承包经营权证代码150122103220010001J,特此声明  
●新城区贵发族造型店遗失卫生许可正副本,许可证编号:新卫公字[2021]第033号,声明作废  
●呼和浩特市合沁畜牧业有限公司(代码91150105MA0NDGFL9D)遗失营业执照正副本及公章(编号1501050005721)一枚,声明作废  
●达拉特旗腾升气体有限公司遗失银行开户许可证,核准号:J2052000629002,账号:15001687636052515884,开户银行:中国建设银行股份有限公司达拉特旗支行,特此声明  
●范瑞军遗失蒙A87701车辆营运证正副本,证号150123008483,声明作废  
●吴伟明遗失保安证,证件编号:15022018001216,声明作废

●清水河县牛场塔尖山建筑石料有限责任公司(统一社会信用代码911501246800264306)遗失公章一枚,声明作废  
●内蒙古中帆建设有限公司遗失机动车行驶证正副本,车牌号:蒙AD15458,声明作废  
●包头市银科机械设备有限公司有限责任公司遗失营业执照正副本,统一社会信用代码91150203743898982L,声明作废  
●刘玉霞遗失赛罕区腾飞路河畔嘉园小区7号2单元402预收房款收据3张,收据号0138423,金额720000元;收据号0078380,金额115721元;收据号0078340,金额200000元,声明作废  
●呼和浩特市久居酒店管理有限公司遗失财务专用章,编号1501040020559;遗失法人章(王军)各一枚,声明作废  
●磴口县天能重工新能源科技有限公司(统一社会信用代码:91150822MABWWTCDJ5F)遗失公章一枚,声明作废  
●王璐遗失于2018年1月2日与呼和浩特市龙湾房地产开发有限公司签订的位于回民区中铁诺德龙湾2#-9#-102号房网签商品房买卖合同1份,编号YS(2017)(00053003)及购房款收据1张,编号:2100331,金额3256173元;并遗失于2019年9月24日签订的回民区中铁诺德龙湾3#-5#-106室商品房买卖合同1份及购房款收据1张,编号:2250542,金额2838200元,声明作废

●内蒙古韵驰物流有限公司遗失以下两台车辆道路运输证,车牌号:蒙BA5996,证号150203176737;蒙B89172,证号150203172436,声明作废  
●皇甫梓涵(父:皇甫光;母:高永萍)遗失出生医学证明,出生证编号O150140146,声明作废  
●金桥开发区郭二兵饭店遗失营业执照正副本,统一社会信用代码92150193MA0N6FFE15,声明作废  
●张鹏云失由静晓玲代徐洪涛于2025年1月16日开据的关于16A1023-1商铺的水电表押金收据,金额1600元,收据编号8434851和质保金收据,金额5000元,收据编号8434369,现声明以上收据原件作废  
●呼和浩特市新城区档案馆工会委员会(统一社会信用代码:81150102MCS5319516Q)不慎将工会法人资格证书遗失,声明作废  
●本人翟永厚,身份证152824197503071718,张玉娥身份证152824197311144222,由于疏忽不慎将呼和浩特市恒大宏泰房地产开发有限公司无关,特此声明作废  
●鄂尔多斯市旭诚商贸有限公司遗失公章一枚,印章编号1527010159440,声明作废  
●内蒙古越方汽车服务有限公司(统一社会信用代码91150104 MA13T1JESW)遗失财务专用章一枚,声明作废