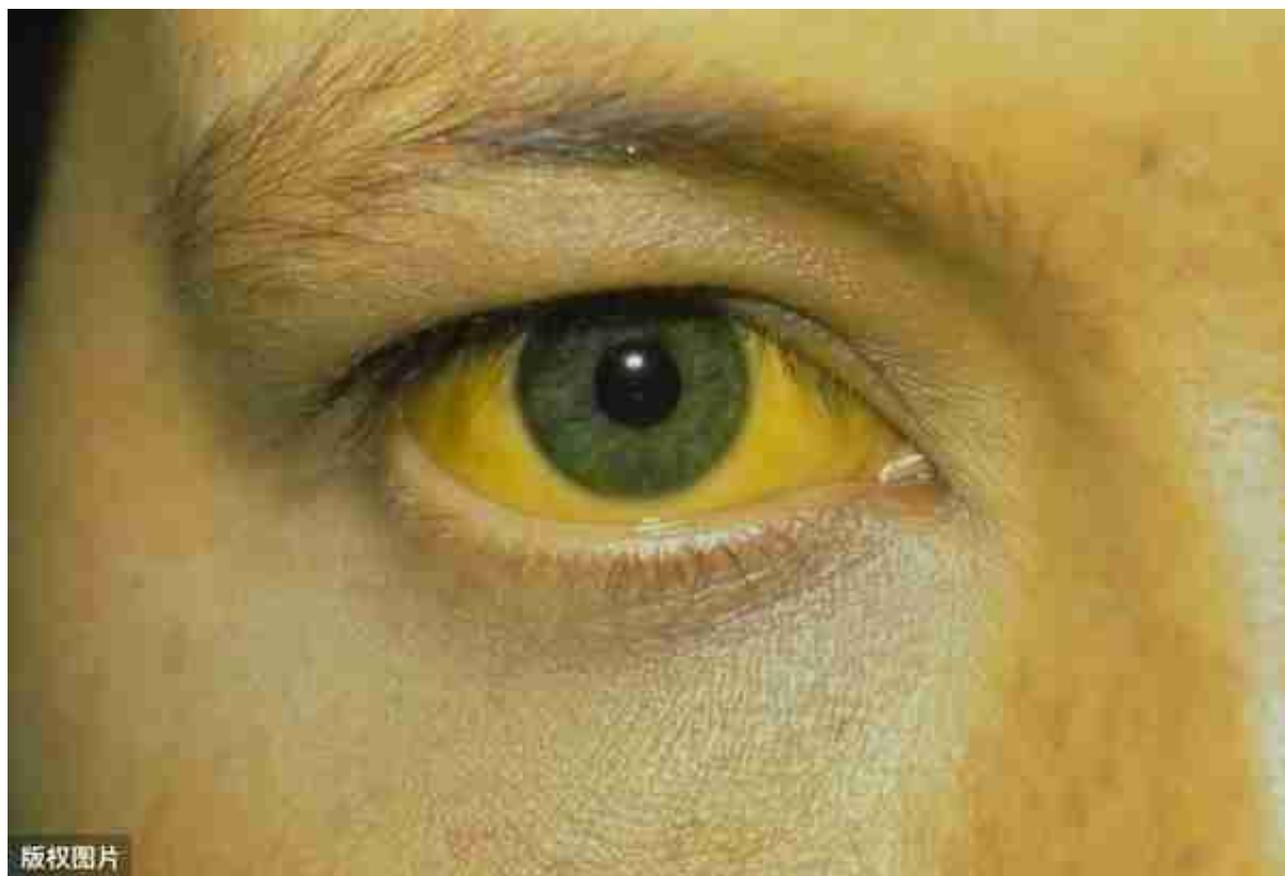


肝脏是我们人体很重要的一个代谢器官，如果肝脏功能不好也容易引发各种疾病。生活中，长期喝酒、肥胖和某些药物会加重肝脏的负担甚至导致肝病，以喝酒为例，常见可诱发脂肪肝、酒精性肝病、诱发肝硬化甚至导致肝癌。那么我们怎么判断自己肝脏到底好不好呢？有无一些蛛丝马迹可以发现端倪呢？



常喝酒的人，肝脏不好身体会有4个警示信号

有些症状可能与肝脏出现问题有关。先简单介绍一下常见的几个症状：

### (1) 巩膜、皮肤发黄

也就是我们常说的黄疸。对于成年人，它可能是由于肝脏细胞的损害导致，也有可能是胆囊的问题或者红细胞大量被破坏的原因。还有一种是新生儿黄疸，大多数宝宝症状较轻，会自行消退，不需要治疗。

### (2) 肝掌和蜘蛛痣

肝掌和蜘蛛痣是肝脏出现问题的特异性症状。如果您手掌大拇指到小拇指根部，大小鱼际处有充血，表现为红色斑点或斑块，用手指按压，颜色变白，放开手又变成

红色，这就是肝掌。蜘蛛痣是在脸上、颈部、胸部等部位长出的圆形小血管瘤，周围密布许多肉眼看得到的毛细血管，看上去就像红色的小蜘蛛。当用力按压，蜘蛛痣会消失。当然正常生理情况下也会出现肝掌或蜘蛛痣，例如青春期和孕期的女性等。

### (3) 胃肠道不适

食欲下降、恶心、腹胀、消化不良、腹泻、右上腹部疼痛等消化系统的表现常常可能被人认为是肠胃疾病，其实也可能是肝脏的问题。

### (4) 牙龈出血

喝酒的人，如果经常在早上刷牙时，牙龈出血，需警惕肝脏病变的可能。这是因为肝功能受损时，肝脏产生凝血因子的功能会下降，从而使得凝血机制发生障碍，从而容易发生牙龈出血。