

脂肪肝与饭后喝茶有关? 这才是常见诱因!

随着生活水平的提高,人们的饮食变得越来越丰富,这种生活除了给人们带来了幸福感之外,也导致脂肪肝的患病人数变得越来越多,但时至今日,还有许多人不能够正确的认识脂肪肝,尤其不清楚脂肪肝的致病因素,甚至因此而无法进行预防,因此要正确的了解脂肪肝的致病因素。

脂肪肝与饭后喝茶有关吗?

脂肪肝与饭后喝茶有关并没有科学依据,一般情况下饭后喝茶并不会导致脂肪肝的发生。适当的喝茶反而对身体有些好处,因为茶叶当中的鞣酸能够辅助降低血液当中的胆固醇,避免脂肪在血管壁上沉积,对预防动脉硬化有一定的辅助作用。

脂肪肝的致病因素有哪些?

1. 高脂肪、高糖饮食:如果经常大量吃高脂肪、高糖的食物,则会导致肝脏当中出现脂肪堆积和合成过多的情况,因为糖类物质进入体内之后也会转化为脂肪,从而增加脂肪肝的发生几率,因此平时尽量少吃高脂

肪、高糖的食物,比如肥肉、甜食、冰激凌、蔗糖等等。

2. 经常抽烟喝酒:经常抽烟喝酒会使血液当中的甘油三酯升高,促使肝细胞内的脂肪氧化减少,久而久之则会诱发脂肪肝,因此有抽烟喝酒习惯的人要及时的戒烟戒酒,不抽烟的人则要远离二手烟环境,避免受到不必要的伤害。

3. 长期服用皮质激素:长期服用药物本来就会对肝脏造成伤害,因为大多数药物进入人体之后,都要经过肝脏进行代谢和解毒,长期服用药物则会增加肝脏的负担。比如长期服用皮质激素会导致过度肥胖,从而使患者合并出现脂肪肝。

4. 长期节食减肥:长期节食减肥也是一种特别不好的习惯,尤其是在减肥期间还缺乏运动,则会导致脂肪到肝脏转化的过程中缺少必要的营养素,从而导致脂肪不能够正常地分解,最终积聚在肝脏,从而引发脂肪肝。

温馨提示

无论是否患有脂肪肝,平时都要避免高



脂肪、高糖饮食,要不然不但可能会患上脂肪肝,还有可能会引发糖尿病,有抽烟喝酒习惯的人要及时戒烟戒酒,长期服用某种药物的人要定期接受肝功能检查,减肥的时候要选择正确的方法,尤其要避免节食减肥,合理的运动并适当的控制食量是比较有效

的减肥方式。
1、文章内容转自网络,版权归原作者所有,本平台仅提供信息交流使用;
2、平台上发布或转发的文章与图片有任何侵权行为,请联系客服及时处理

朱新生 ZHU ORTHODONTICS
中文热线: 703-786-1909
Xinsheng Zhu, DDS, PhD
牙科矫正专家
儿童及成人牙齿矫正
采用 金属托槽(metal brackets)
透明托槽(clear bracket)
隐形牙套(Invisalign)
接受多种正牙保险和分期付款
Invisalign certified
服务大华府地区两个方便地点
Dumfries 诊所 3-098
17606 Main St., Ste.200 Dumfries, VA 22026 (Woodbridge, Quantico Marine Base 附近)
Tel: 703-445-1999
Chantilly 诊所
14149A Robert Paris Ct Chantilly, VA 20151 (好运来, Chantilly 高中附近)
Tel: 703-657-0555

爱平诊所 Gaithersburg Family Medicine
美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员
Shad Grove Adventist Hospital 和 Secure Medical Care 主治医师
原 Mercy-Mayo 和 衣阿华大学附属家庭全科住院医师
Washington Hospital Center 移植外科 Fellow
George Washington University 遗传学硕士 上海第二军医大学毕业
隋爱平 医师 Aiping Sui MD
积累多年丰富的临床经验 接受多种医疗保险及自费
预约电话: 240-404-6423
徐唯 医师 Wei Xu MD
各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。
周一至周六全日门诊
604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在 355 大道和 West Deer Park Road 交口处 3-050

中华堂中医馆
● 中医门诊 ● 针灸 ● 中药 ● 推拿 ● 刮痧 ● 拔罐 ● 中医养生
中医内科: 心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。
针灸推拿科: 面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等; 腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。
中医美容: 雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。
中药: 针对每一位病人的病情定制配方。
中医养生保健
受理多种保险, 自费优惠 精治车祸伤害, 为你争取权益。
预约电话: 202-818-9161 www.AmericaTCM.com
诊所地址: 8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

首都中医针灸
Capital Acupuncture & Herbal Care
陈智松 博士
资深教育, 传承中医精华, 主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症, 对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤化疗毒副作用等治疗有独到的见解。
预约电话: 301-820-2528
接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险
www.chenmac.com
地址: 波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854
盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD 20879
位于 I-270, 355 大道上, 大中华超市、Costco、大华超市 (99 Ranch Market) 之间, 交通停车方便。
3-094

眼科医生 殷丹 Dan Yin, M.D.
(301)770-2020
(Mon-Sat. 急诊 24HRS)
6333 Executive Blvd, Rockville, MD
www.washingtoneyecareconsultants.com
* 纽约医学院 M.D.
* 著名的 New York Eye and Ear infirmary 住院医生
* 美国眼科专家文凭
* Holy Cross Hospital 眼科主任医生
一流医院, 一流医术, 一流设备, 一流医护
● 无刀激光白内障手术
● 近视, 远视, 和散光激光矫正及人工晶体植入
● 青光眼, 视网膜炎, 眼睛发炎, 干涩, 眼睑疾病, 角膜损伤
● 糖尿病和高血压眼底检查
● 眼皮下垂修复和眼部美容(包括注射美容填料)
● 定制和验配普通/隐形眼镜
3-089

罗迅妍 医师 疼痛康复科
Joan Luo M.D. Board Certified Physical Medicine & Rehabilitation
● 福建医科大学毕业
● 纽约州立大学研究生
● 国家卫生总署 Fellow
● 国家康复医院住院医生
● 宾州大学附属医院住院医生
Maryland Neurological Institute 及 Ann Arundel Medical Center 主治医生
主治: 脊椎、神经、关节及肌肉疼痛、车祸、工伤、运动跌打、损伤、头痛及中风后遗症, 神经肌电诊断、各种封闭注射、针灸理疗
接受各种医疗保险及车祸工伤保险
预约电话: 301-987-8988 703-738-6127
马州 8943 Shady Grove Court, Gaithersburg, MD 20877 355 和 270-8 号出口
维州 3601 D Chain Bridge Road, Fairfax, VA 22030 3-032

裴万征 医师 妇产科
Richard Wanzheng Pei, MD, PhD
703-698-9668
starcareobgyn.com
聚有十多年临床经验
诊所手术
○ 子宫内腺消除术: 根治经血过多
○ 子宫镜结扎输卵管, 不须开刀
○ 松弛阴道收紧术, 改善性功能
○ 痔疮切除、乳房肿物切除
○ 药物去除静脉曲张和蜘蛛痔
● 微创腹腔镜手术: 子宫及子宫肌瘤切除, 不须开刀
● 妇科泌尿: 治疗尿失禁、及非感染性尿急和夜尿增多
● 盆腔整形手术: 修复子宫下垂、膀胱脱出、阴道松弛
自费优惠
○ 产前检查, 高危妊娠护理, 无痛分娩, 接生
○ 妇科年检, 各种妇科疑难病症
○ 不孕症查治, 人工受孕, 再接通结扎后的输卵管
○ 设有最先进 3D 彩色 B 超: 检查胎儿和妇科
Fairfax Hospital Office: 3301 Woodburn Rd, Suite 102, Annandale, VA 22003 Next to Inova Fairfax Hospital Tel: 703.698.9668
Herndon Office: 106 Elden St, Suite 13, Herndon, VA 20170 Close to Reston Hospital Tel: 703.432.2433 3-049

精神心理专科
郑三君 医师
Jimmy S. Chen M.D. Ph.D.
Board Certified Psychiatrist
★ 美国康乃迪克大学神经内分泌学博士
★ 哈佛医学院附属麻省总院和儿童医院研究员
★ 天普大学附属达拉威精神疾病中心总住院医师
主治: 忧郁症、焦虑症、躁狂症、情感障碍、精神创伤后综合症、恐惧恶梦精神分裂症、强迫症、厌食、失眠、儿童行为障碍、多动症、性功能障碍、老年痴呆症。各种精神、心理和行为疗法, 最安全、有效、先进药物疗法。
公民入籍英文免试证明 司法协助
Tel: 240-498-4509; 240-888-0403; 301-740-2680; 接受多种医疗保险和自费
Fax: 301-560-4924 Email jimmychen1988@hotmail.com
18502 Office Park Drive Montgomery Village, MD 20886, Gaithersburg (270 Exit 11) 3-022