

# 孩子肝指标异常怎么办？ 6类护肝药使用详解

文 / 空军军医大学唐都医院 胡天鑫



孩子体检显示肝脏转氨酶升高，用药治疗怕伤肝，不用药又担心病情加重？别慌，这份安全用药手册专为缓解家长“护肝焦虑”而来。从EB病毒悄然入侵，到退热药过量服用埋下健康隐患，孩子的肝脏可能正经历着一场“无声的战争”。儿科药师整理了临床最常用的6类护肝药，帮助家长理清哪些药3岁以下儿童绝对禁用、哪些药用后可能出现腿肿尿少、哪些药擅自停用会导致指标反弹，手把手教大家避开用药误区，科学守护孩子的肝脏。

## 一、肝脏问题的常见原因

### 1. 病毒感染

#### (1) EB病毒

主要通过唾液传播，比如大人亲吻孩子脸颊、与孩子共用筷子等行为都可能导致感染。感染后可能出现

发热、肝脾肿大、转氨酶升高等症状。

#### (2) 巨细胞病毒

婴幼儿极易感染，母乳喂养、接触感染者分泌物都可能让孩子中招，进而引发黄疸、肝功能异常。

### 2. 乱用药

#### (1) 退热药服用过量

对乙酰氨基酚超量服用是导致儿童药物性肝损伤的主要原因，其每日最大剂量不得超过80 mg/kg，过量使用可能导致肝损伤。此外，抗菌药物、抗结核药、抗癫痫药等也可能损伤孩子肝脏。

#### (2) 中药使用误区

何首乌、土三七等可能引发肝衰竭，家长切勿盲目给孩子使用。

### 3. 遗传病

肝豆状核变性是一种铜代谢异常疾病，10岁以下

儿童若出现手抖、角膜边缘有绿环、转氨酶升高等症状,需立即就医排查。

#### 4.其他隐藏风险

##### (1)超重

在10岁以上超重儿童中,约30%存在脂肪肝问题,常表现为右上腹隐痛、身体乏力。

##### (2)胆汁淤积

新生儿若大便呈灰白色、皮肤黄染持续不退,需警惕胆道闭锁。

##### (3)细菌、真菌感染

某些细菌和真菌感染可能引发中毒性肝炎,影响孩子肝脏健康。

## 二、6类护肝药详细解读

### 1.肝脏解毒剂

#### (1)还原型谷胱甘肽

● 适用情况:药物中毒(如误食毒蘑菇)、化疗引起的肝损伤。

● 儿童剂量:采用静脉注射方式,每日30 mg/kg。

● 家长注意:输液过程中,若孩子突然出现脸色苍白、呼吸急促等症状,需立即呼叫护士,因为这些症状可能是过敏反应的表现。

#### (2)葡醛内酯

● 适用情况:急慢性肝炎的辅助治疗。

● 儿童剂量:口服,5岁以下儿童每次50 mg,5岁以上儿童每次100 mg,每日3次。

● 家长注意:部分孩子用药后可能出现面红、轻度胃肠不适等情况,减少剂量或停药后症状会自行消失。

#### (3)N-乙酰半胱氨酸

● 适用情况:肝衰竭早期治疗、药物性肝损伤治疗。

● 儿童剂量:起始剂量为140 mg/kg,后续剂量为70 mg/kg,口服,每4小时1次,服用17次可达到解救负荷量。

### 2.抗炎保肝药——复方甘草酸苷

● 适用情况:药物性肝损伤。

● 儿童剂量:饭后口服,每次25 mg,每日3次。

● 家长注意:服药期间,若孩子表示腿无力、尿量减少,需立即带孩子检查血钾,因为该药可能诱发低血钾。

### 3.肝细胞膜修复剂——多烯磷脂酰胆碱

● 适用情况:慢性肝炎、肝坏死、肝硬化、肝昏迷等病症。

● 儿童剂量:12岁以上儿童用药剂量与成人相同,每次2粒,每日3次,需随餐吞服整粒胶囊,掰开服用会影响药效。

● 家长注意:该药物的注射液含有苯甲醇,3岁以下儿童禁用,否则可能导致新生儿和早产儿发生喘息综合征;禁止肌肉注射,以免引发臀肌挛缩症;12岁以下儿童禁用胶囊剂,因相关安全数据不足。

### 4.利胆退黄药——熊去氧胆酸

● 适用情况:胆汁淤积性肝病、胆汁反流性胃炎。

● 儿童剂量:每日10~30 mg/kg,分2或3次服用(治疗胆汁反流性胃炎时可在睡前顿服),用药期间需长期随诊监测肝功能。

● 家长注意:若B超检查显示孩子存在胆管堵塞情况,必须禁用该药,否则可能加重腹痛症状。

### 5.降酶药

#### (1)联苯双酯

● 适用情况:慢性迁延性肝炎,可降低丙氨酸氨基转移酶。

● 儿童剂量:每次0.5 mg/kg,每日3次,需连续使用3~6个月。

● 家长注意:虽然服药3天左右转氨酶就会下降,但擅自停药可能导致指标反弹且数值更高,需逐步减少药量;若孩子出现黄疸,应立即停药;肝硬化患者禁用该药。

#### (2)双环醇

● 适用情况:慢性肝炎所致的氨基转移酶升高。

● 儿童剂量:每次0.5 mg/kg,每日2或3次,每次最大用量为25 mg。

### 6.营养补充剂

#### (1)维生素C

● 适用情况:适用于慢性肝炎患儿。

● 儿童剂量:每日补充100~300 mg。

#### (2)门冬氨酸鸟氨酸

● 适用情况:适用于肝性脑病患儿,可降低血氨。

● 家长注意:需在医生指导下通过静脉给药。

【重要提醒】儿童属于特殊人群,使用保肝药物



时需遵循“能少用就少用，能不用就不用”的原则，积极查找病因，进行针对性治疗才是关键！

### 三、用药黄金原则：三要三不要

#### 1.三要

- 要定期复查：使用护肝药1周后，需带孩子复查肝功能，指标好转后每2周复查1次。
- 要记录用药：详细记录孩子每天的用药时间、剂量，避免漏服或重复服药。
- 要观察反应：服药后，若孩子出现皮疹、呕吐、尿色变深等症状，需立即停药并就医。

#### 2.三不要

- 不要擅自混药：联苯双酯与复方甘草酸苷混合使用，可能增加孩子水肿的风险。
- 不要长期依赖：护肝药连续使用时间最长不超过3个月，避免产生药物依赖。
- 不要网购药品：家长切勿从非正规渠道购买药品。

### 四、日常护肝注意事项

肝脏是人体重要的代谢器官，而儿童肝脏发育尚未完全成熟，更需要家长从生活细节入手，帮助孩子养成科学的护肝习惯。以下是三个关键方向：

#### 1.饮食管理：减轻肝脏负担

##### (1) 避免高糖高脂饮食

长期摄入油炸食品、含糖饮料，容易诱发儿童脂肪肝。建议用全谷物、新鲜蔬果（如西兰花、胡萝卜、蓝莓）替代零食，为孩子补充维生素C和膳食纤维。

##### (2) 警惕“隐形毒素”

霉变食物（如发霉坚果）中含有黄曲霉素，会直接损伤肝细胞。加工食品中的防腐剂和人工色素也应控制摄入量。

##### (3) 实行分餐制

EB病毒可通过唾液传播，家长应避免与孩子共用筷子或咀嚼喂食，降低孩子患病毒性肝炎的风险。

#### 2.用药安全：不盲目依赖药物

##### (1) 精准使用退热药

使用对乙酰氨基酚时，需严格按孩子体重计算剂量（每日用量不超过80 mg/kg）。混合使用复方感冒药容易导致药物叠加过量，因此建议单次发热病程中仅使用一种退热药。

##### (2) 疫苗接种防护

甲型肝炎、乙型肝炎疫苗能有效预防病毒性肝炎，家长需按时带孩子完成免疫接种。

#### 3.生活习惯：动静结合护肝

##### (1) 控制体重防脂肪肝

超重儿童每周至少进行3次有氧运动（如游泳、跳绳），每次运动30分钟以上，帮助消耗肝脏内多余脂肪。

##### (2) 睡眠充足促修复

学龄儿童每日需保证9~11小时睡眠时间，且尽量在夜晚11点前入睡，这有利于肝脏排毒和肝细胞再生。

##### (3) 情绪疏导减压力

长期焦虑可能导致孩子肝气郁结，家长可通过亲子游戏、户外活动等方式，帮助孩子缓解情绪，避免肝功能出现障碍。

守护孩子的肝脏健康，需要科学用药与日常呵护的双重保障。只有做到早预防、早发现、早干预，才能让孩子的生命“化工厂”持续高效运转！**药物与人**