

МАРИЯ ПРАШНОВА

врач-гастроэнтеролог, гепатолог, к.м.н.,
более 8 лет преподает в СПбГУ

ПЕЧЕНЬ БЕЗ ПРОБЛЕМ

Гепатолог о том,
что разрушает печень
и как с этим справиться

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 616.36
ББК 54.13
П70

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации
Варвары Мелкозерковой

Прашнова, Мария Константиновна.

П70 Печень без проблем : гепатолог о том, что разрушает печень и как с этим справиться / Мария Прашнова. — Москва : Эксмо, 2025. — 272 с. — (Доктор в доме. Экспертная помощь, когда это необходимо).

ISBN 978-5-04-171770-4

А вы знали, что большинство патологических состояний печени не вызывают боли, поэтому чаще всего неприятные ощущения в правом подреберье связаны совсем с другими причинами? А о том, что только 20% холестерина поступает из пищи, все остальное производит ваш организм? Врач-гастроэнтеролог и гепатолог Мария Прашнова расскажет во всех подробностях о печени — самом большом внутреннем органе человека, ее функциях, заболеваниях и лечении. Автор развеет мифы и расскажет о надлежащем образе жизни при заболеваниях этого органа, а также ответит на часто задаваемые вопросы.

УДК 616.36
ББК 54.13

© Прашнова М.К., текст, 2024
© Мелкозеркова В.И., иллюстрации, 2024
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2025

ISBN 978-5-04-171770-4

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение. Ливер или гепа? Немного истории.....	7
ГЛАВА 1. Анатомия самого горячего органа	11
ГЛАВА 2. Функции печени, или Кто тут главный?	21
ГЛАВА 3. Почему печень увеличена?	75
ГЛАВА 4. Ожирение печени.....	127
ГЛАВА 5. Паразиты в печени	141
ГЛАВА 6. Вирусные гепатиты.....	157
ГЛАВА 7. Фиброз и цирроз печени.....	169
ГЛАВА 8. Вечно молодой орган. Восстановление печени	183
ГЛАВА 9. Жизнь с болезнью печени. Здесь и сейчас	211
Рекомендованная литература.....	264

ВВЕДЕНИЕ. ЛИВЕР ИЛИ ГЕПА? НЕМНОГО ИСТОРИИ

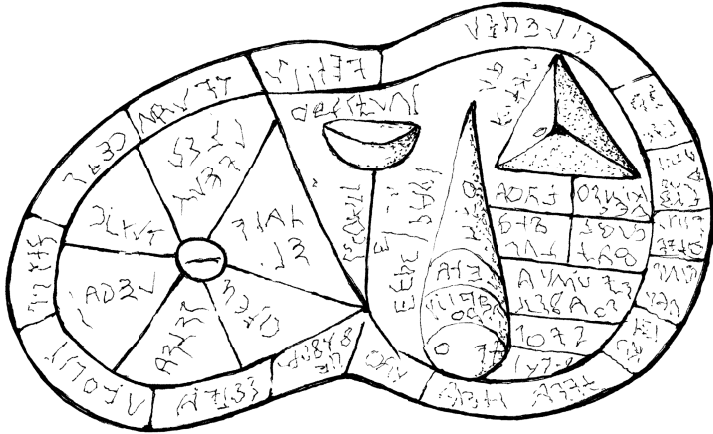
В пьесе Шекспира «Много шума из ничего» (1600 г.) брат Франциск указывает, что любовь — особенно страстная любовь, порывы которой нелегко контролировать, — обитает в человеческой печени («Then shall he mourne, If ever love had interest in his liver») (IV.1.232–3)

Без печени жизнь невозможна

Греческое слово *hèpar* изначально было связано с понятием «удовольствие», так как в древности печень считаласьместилищем души и человеческих чувств.

Самым ранним латинским словом, используемым для обозначения печени, было *iesur* (вероятно, произошедшее от санскритского *yakrt*). Исидор Севильский (560–636 гг.) пытался объяснить происхождение этого термина, написав: «*iesur, nomen habet, eo quod ignis ibi habeat sedem, qui in cerebro subvolat*» («печень имеет такое название, потому что там огонь, который летит в мозг»). Языковая связь между *iesur* («печень») и *ignis* («огонь»), постулируемая Исидором Севильским, возможно, объясняется тем, что в античной физиологии тепло печени рассматривалось как источник человеческого духа, поднявшегося в мозг через сердце.

Термин *iesur* также был связан с человеческими чувствами как в латинском, так и в греческом языках. Берберское население Северной Африки до сих пор выражает глубину чувств с помощью фразы «Ты моя печень».



Этруская бронзовая модель печени (ок. II–I вв. до н. э.)
Musei Civici di Palazzo Farnese, Пьяченца, Италия

Термин *iesur* постепенно утрачивался в средневековой латыни, не получив никаких производных в романских языках, и фактически был заменен на *ficatum*. Первоначально оно было прилагательным, относящимся к существительному *iesur*, (*iesur ficatum*), и использовалось для обозначения откармливания гусей инжиром (*ficus* на латыни), чтобы сделать их печень более вкусной (знаменитое *foie gras* — «жирная печень»). Эта взаимосвязь между печенью, жиром и углеводами, по-видимому, указывает на то, что древние гурманы хорошо знали механизмы питания, лежащие в основе «жирной печени» у животных.

В эпоху раннего Нового времени печень стала повторяющимся образом в политических размышлениях, где король часто описывался как «печень» своей страны.

С другой стороны, древнегерманский термин *lifere* изначально был связан с жизнью и мужеством, подчеркивая отношение печени к здоровью и существованию. Печень использовалась для обозначения мужества или его отсутствия: некоторые современные французские и английские идиоматические выражения происходят от древнего убеждения, что люди, у которых не было крови в печени (*lily-livered*), были трусами или предателями. Отсутствие красноватого цвета в печени часто трактовалось как трусость: описание этого патологического состояния, называемого отсутствием желчи, можно найти во многих елизаветинских пьесах, например «Венецианском купце» Шекспира (1600 г.), в котором Бассанио с негодованием задается вопросом:

«А сколько трусов, чьи сердца неверны,
Как лестница песчаная, имеют
На подбородках бороды такие,
Как Геркулес или суровый Марс, —
А вскрой их печень — молока белей,
Но на лице знак мужества являют».

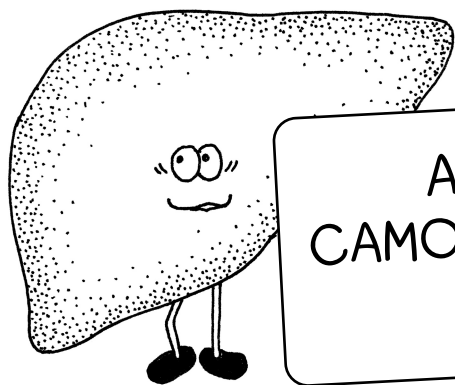
(Перевод Т. Щепкина-Куперник)

Французы используют выражение *avoir le foie blanc* («иметь белую печень») для обозначения напуганного человека. Однако эти идиоматические выражения, по-видимому, не имеют никакой связи с предшествующими анатомическими знаниями. Вероятно, они произошли от месопотамско-греческого убеждения, что печень быламестилищем крови, а значит, и мужества.

Интересно, что в современной медицине греческий корень *hèpar* по-прежнему широко используется не только в анатомической и патологической терминологии,

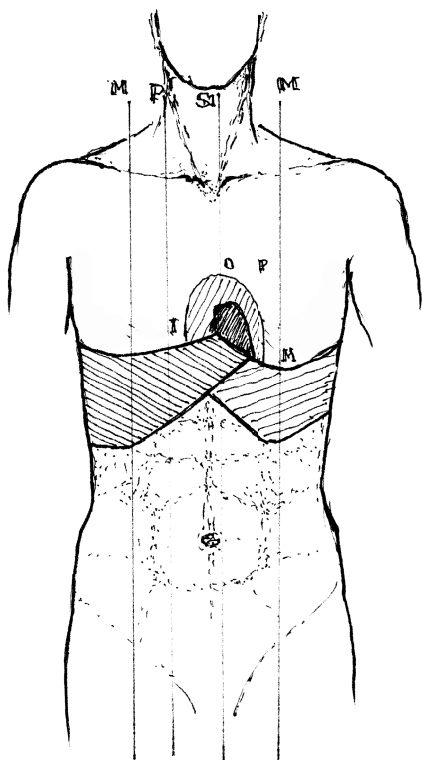
но и в словах, используемых для определения медицинской дисциплины, изучающей заболевания печени (гепатология), и врачей, специализирующихся на ведении заболеваний печени (гепатологи).

ГЛАВА 1



АНАТОМИЯ
САМОГО ГОРЯЧЕГО
ОРГАНА

Печень человека — очень важный и второй по величине орган в организме после кожи. Ее вес составляет около 1,8 кг у мужчин и 1,3 кг у женщин. Орган размером с мяч для регби располагается в верхней правой части живота, под легкими и диафрагмой. Если вы положите правую руку на область под ребрами на правой стороне тела, она почти покроет область печени.



Анатомию печени можно описать с помощью двух разных аспектов: морфологического и функционального.

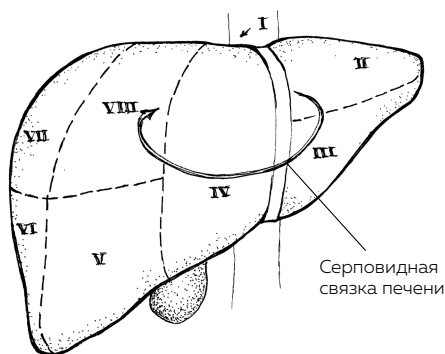
Нормальная печень имеет красновато-коричневый цвет и форму конуса или клина. Снаружи она покрыта капсулой Глиссона, названной по имени британского ученого Фрэнсиса Глиссона (1597–1677 гг.), — именно при ее значительном растяжении может чувствоваться тяжесть и боль в области печени.

NOTA BENE!

Большинство патологических состояний печени не вызывают боли, а потому чаще всего боль в правом подреберье связана совсем с другими причинами. В то же время увеличенная печень (за счет ожирения или воспаления) растягивает глиссонову капсулу, из-за чего человек чувствует тупую боль или тяжесть в правом боку. Часто при этом пациенты говорят «я чувствую печень», «чувствую, что она там есть», «хочется залезть под ребро и поправить ее», «как камень под ребром».



Печень состоит из четырех частей: больших правой и левой долей, а также меньших хвостатой и квадратной долей. Левая и правая доли разделены фальциформной связкой, которая соединяет печень с брюшной стенкой.



Нумерация сегментов осуществляется по часовой стрелке. Сегмент I (он же хвостатая доля печени) расположен сзади. При фронтальном виде его не видно

Традиционная морфологическая анатомия основывается на внешнем виде печени и не затрагивает внутренних особенностей ветвления сосудов и желчных протоков, имеющих очевидное значение в рациональной хирургии. Французский хирург и анатом Клод Куино (1922–2008 гг.) в 1954 г. впервые разделил печень на восемь функционально независимых сегментов, что позволило выполнять резекцию отдельных сегментов без повреждения других.

При обнаружении каких-либо новообразований в печени методами визуализации, например ультразвуковым исследованием (УЗИ), магнитно-резонансной томографией (МРТ) и компьютерной томографией (КТ), принято указывать, в каком сегменте находится это образование.

NOTA BENE!

Существует мнение, что принцип деления печени на сегменты Куино позаимствовал у деления Парижа на административные округа, однако это миф.