



临床上有很多病人有这种疑问：[大三阳](#)转氨酶偏高，要怎么办？怎样可以吃药能将转氨酶降下来？[大三阳](#)是否可以转阴？

对此，南昌市第五肝病治疗中心专家表示。降低转氨酶不是治疗乙肝的主要目的，抑制乙肝病毒核心抗原和抑制乙肝病毒表面抗原，促使机体清除病毒、产生抗体产生才是治疗乙肝的主要任务。

### 转氨酶多少正常？

现在我们国家对转氨酶的水平不完全一样，基本都是把转氨酶 40 以下作为正常值，也不管老年、小孩、成年人，我们国家没有太多资料。

但是在不同的地区，谷丙转氨酶的正常值范围，也有一定的区别。上海地区做了一个转氨酶的所谓正常人群的水平，发现我们国家在上海地区转氨酶水平 60 是正常的，所以上海地区转氨酶 60 作为一个正常的水平。北京地区、其它地区都是 40 以下，或者是按公司诊断试剂的说明，有的是 45 以下算正常。转氨酶正常不等于一定没有问题，这一点很重要，我们强调除了定期查转氨酶以外，还要定期查肝脏的 B 超影像学，不管大人、小孩只要有病毒存在，转氨酶持续正常不等于完全没问题，一定监测 B 超，B 超监测过程当中门静脉越来越宽，脾脏越来越大，或者肝室的回声越来越强，要更密切检测转氨酶，有可能的情况做肝穿。这是一点需要说明的。

对于个体来讲，转氨酶这个指标对自身是有价值的，假如原来查转氨酶是 20，过了三个月变成 38，也在 40 以下，但是对他的个体而言是上升了，那么也要注意病人可能有病情的活动，不能大意。转氨酶 40 以下是一个大体的概念，但是个体自身的动态观察也是有价值的，所以这一点要更加注意。

### 慢性乙型肝炎治疗

慢性乙型肝炎治疗的总体目标是：最大限度地长期抑制或消除 HBV，减轻肝细胞炎症坏死及肝纤维化，延缓和阻止疾病进展，减少和防止肝脏失代偿、肝硬化、HCC 及其并发症的发生，从而改善生活质量和延长存活时间。慢性乙型肝炎治疗主要包括抗病毒、免疫调节、抗炎保肝、抗纤维化和对症治疗，其中抗病毒治疗是关键，只要有适应证，且条件允许，就应进行规范的抗病毒治疗。这是大三阳和病情轻重没有关系，只是代表了传染性比较强而已。还要结合肝功、B 超和症状等综合分析。

[大三阳](#)，DNA 偏高，如果肝功、b 超有问题，相关不适症状如乏力、肝区痛、恶心等存在，说明机体处于免疫清除期，这时用药等于帮助身体“排毒”，效果事半功倍，应该积极治疗，病毒复制指标转阴的几率在百分之八十左右。如果肝功、b 超都正常，没有不适症状，说明身体处于免疫耐受状态，可暂时不治疗，但要定期每三到六个月复查肝功、b 超等，发现问题及时用药干预，治到[大三阳](#)变为小三阳，hbv-dna 阴转，肝功复常，b 超无进展，无明显不适症状，巩固一段时间或经过阶段性治疗不反弹即可视为康复。以后定期复查即可。

关于找工作，你要避免饮食、制药、幼师、部队类工作，其他的专业一般没有限制，不用太过于担心。但社会上还是普遍存在乙肝歧视。所以你在应聘期它类别的工作时可以找人替检。规律饮食、作息，不要熬夜喝酒，饮食清淡，多吃素食，睡眠充足，增加午休，适量运动，少吃或不吃生冷硬辣刺激油腻腌制垃圾食品。