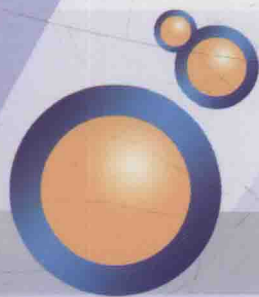




常见病名医解惑丛书·西苑医院系列

名医解惑 血尿与IgA肾病

唐旭东◎总主编 余仁欢◎主 编



中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

常见病名医解惑丛书·西苑医院系列

名医解惑 血尿与IgA肾病

唐旭东 总主编
余仁欢 主 编

中国科学技术出版社

·北 京·

图书在版编目 (CIP) 数据

名医解惑 血尿与 IgA 肾病 / 余仁欢主编. —北京:

中国科学技术出版社, 2016.1

(常见病名医解惑丛书·西苑医院系列)

ISBN 978-7-5046-6907-0

I. ①名… II. ①余… III. ①血尿—防治 ②原发性疾病—

肾小球性肾炎—防治 IV. ① R696 ② R692.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 251735 号

策划编辑	张楠
责任编辑	张楠 杨丽
责任校对	杨京华
责任印制	张建农
装帧设计	中文天地

出版	中国科学技术出版社
发行	科学普及出版社发行部
地址	北京市海淀区中关村南大街16号
邮编	100081
发行电话	010-62103130
传真	010-62179148
网址	http://www.cspbooks.com.cn

开本	787mm × 1092mm 1/16
字数	91千字
印张	7
版次	2016年3月第1版
印次	2016年3月第1次印刷
印刷	北京玥实印刷有限公司
书号	ISBN 978-7-5046-6907-0 / R·1863
定价	20.00元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)

常见病名医解惑丛书·西苑医院系列

总编委会

总 主 编 唐旭东

副总主编 史大卓 徐凤芹 袁敬柏

编 委 (以姓氏笔画为序)

李培红 吴 煜 余仁欢 陈志伟 姚春海

郭 军 童文新

《名医解惑 血尿与IgA肾病》

编委会

主 编 余仁欢

副 主 编 梁 莹

编写成员 (以姓氏笔画为序)

余仁欢 梁 莹 张晶晶 杨丛旭

总序

中国中医科学院西苑医院专病门诊由来已久。专病门诊的设立帮助患者减少就医的盲目性，帮助中青年医生稳定临床方向、提高临床疗效。通过专病门诊的建设，一批中青年名医脱颖而出，成为临床有疗效、患者能信任的专家群体。他们在专病门诊悉心解答患者疑惑，讲解中医科普知识，指导患者形成正确的疾病观、治疗观，使其配合医生积极治疗，获得了患者的广泛欢迎和赞誉。

《常见病名医解惑丛书》的作者均来自于西苑医院中青年名中医为主的专家群体，他们将专病门诊中需要患者掌握的疾病防治知识、注意事项、治病小窍门等整理成册，简明扼要，精练适用，凝聚了专家的心血以及宝贵医患沟通与健康教育的经验。建议读者阅读时，不必拘泥于从头至尾的顺序阅读，可以根据自己的兴趣与需要，选择相关内容先后阅读，必要时做些笔记，使自己也成为慢病防治的行家里手。

本丛书的出版得到中国中医科学院西苑医院和中国科学技术出版社的大力支持。西苑医院唐旭东院长始终如一关心专科门诊的建设与中青年医师的成长，亲任丛书总主编；西苑医院医务处的杜佳楠、杨怡坤等多位同志也为本书的出版做出了贡献。中国科学技术出版社张楠编审及其他编辑悉心

指导专家撰写科普著作，不厌其烦地进行修改润色，使本书得以顺利出版发行。

由于本丛书作者众多，科普著作之撰写比专业著作更难、要求更高，在措辞、语言通俗性方面难免会有不足。医学发展日新月异，本丛书的编写是专家在繁忙的临床、科研、教学工作之余完成，历时3年有余，数易其稿，疏落之处仍属难免，敬请广大读者提出宝贵意见以利今后改进提高。

中国中医科学院西苑医院

2015年7月18日



目 录

导 言…… /

第一章 血尿的基础知识

- 1 血尿是什么? / 4
- 2 血尿的病因是什么? / 5
- 3 血尿有什么常见的伴随症状? / 5
- 4 如何区分真性血尿和假性血尿? / 6
- 5 什么是肾性血尿? 与非肾性血尿的区别是什么? / 7
- 6 尿路感染的血尿有什么特点? / 7
- 7 尿路结石的血尿是怎么回事? / 8
- 8 什么肿瘤会引起血尿? / 8
- 9 发现血尿如何求医? / 9
- 10 中医所称的“尿血”是什么? / 9
- 11 中医的尿血和西医的血尿是一回事吗? / 9
- 12 中医如何认识尿血的发病机理? / 10
- 13 中医如何认识蛋白尿? / 11

第二章 揭开 IgA 肾病的神秘面纱

- 1 IgA 肾病是怎么回事? / 12
- 2 IgA 肾病后果严重吗? / 13
- 3 为什么会发生 IgA 肾病? / 13

- 4 IgA 肾病临床中分为几种类型? / 13
- 5 IgA 肾病有什么发病特点? / 14
- 6 IgA 肾病血尿有什么表现? / 14
- 7 IgA 肾病除血尿外还有什么表现? / 15
- 8 IgA 肾病的病理特点是什么? / 15
- 9 IgA 肾病的病理分型有哪些? / 16
- 10 中医是如何认识 IgA 肾病的? / 16
- 11 IgA 肾病能治好吗? / 17
- 12 IgA 肾病会遗传吗? / 18
- 13 为什么 IgA 肾病病情容易反复? / 18
- 14 IgA 肾病会发展成肾衰吗? / 19

第三章 教你读懂化验单

- 1 尿液检查为什么很重要? / 20
- 2 尿液检查多久做一次合适? / 21
- 3 如何正确收集尿液标本? / 21
- 4 如何读懂尿常规检查结果? / 22
- 5 尿潜血阳性是怎么回事? / 23
- 6 尿潜血阳性是肾炎吗? / 24
- 7 有些肾脏病患者为什么会出现尿糖? / 25
- 8 为什么血尿患者要做红细胞位相检查? / 25
- 9 尿蛋白阳性的患者为什么要做尿蛋白定量检查? / 26
- 10 做 24 小时尿蛋白定量检查如何留尿标本? / 27
- 11 尿微量白蛋白升高有什么意义? / 28
- 12 如何简单地了解血常规? / 28
- 13 什么是血肌酐? / 29
- 14 什么是血尿素氮? / 30
- 15 血清补体 C3 是什么? / 31

16 什么样的患者应该进行抗核抗体（ANA）检查？ / 31

17 肾脏 B 超检查有何意义？ / 32

第四章 成为自己的家庭医生

1 肾病患者都需要补肾吗？ / 33

2 哪些中药有肾毒性？有肾毒性的药物就不能用吗？ / 34

3 IgA 肾病患者怎样预防感冒？ / 35

4 IgA 肾病患者感冒时如何选择中成药？ / 35

5 中医如何治疗 IgA 肾病血尿？ / 36

6 治疗血尿的单方验方有哪些？ / 38

7 血尿伴蛋白尿的患者有什么中成药可以选择？ / 38

8 肾病水肿的患者可选用哪些中成药？ / 39

9 常用利尿消肿的单方验方有哪些？ / 41

10 肾病伴有高血压的患者可以服用中成药控制血压吗？ / 42

11 肝火大的高血压肾病患者如何选用中成药？ / 42

12 阳气上亢的肾病患者血压高如何选用中成药？ / 43

13 气血亏虚的肾病患者血压高如何选择中成药？ / 44

14 经常腰酸的高血压肾病患者可以服用哪些中成药？ / 44

15 对于肾衰的患者有什么常用的中成药？ / 45

16 IgA 肾病患者咽喉肿痛怎么办？ / 47

17 IgA 肾病患者如何预防和处理咽部感染？ / 47

18 IgA 肾病患者长期服用中药有不良反应吗？ / 48

19 肾脏病患者需要天天服用中药吗？ / 48

20 慢性肾病患者经常输液好不好？ / 48

21 雷公藤多苷片是中药吗？ / 49

22 雷公藤多苷片有什么不良反应？ / 49

23 西医是如何治疗血尿的？ / 50

24 西医如何治疗蛋白尿？ / 51

- 25 蛋白尿如何用好血管紧张素转换酶抑制剂（ACEI）和血管紧张素Ⅱ受体阻滞剂（ARB）？ / 51
- 26 如何用糖皮质激素治疗蛋白尿？ / 52
- 27 使用激素时应遵循什么原则？ / 53
- 28 使用激素的禁忌证是什么？什么情况下慎用激素？ / 54
- 29 使用激素时有必要吃中药吗？ / 54
- 30 肾病患者血压控制在什么范围合适？ / 55
- 31 调整降压药时，如何更好地和医生沟通？ / 55
- 32 为什么说中西医结合治疗肾病效果好？ / 55
- 33 IgA 肾病常用的免疫抑制剂有哪些？有什么利弊？ / 56
- 34 听说大黄可以排毒，肾病患者可以服用吗？ / 58
- 35 黄芪可以降尿蛋白吗？用多大量合适？ / 59
- 36 IgA 肾病血尿可以吃三七粉吗？ / 59
- 37 IgA 肾病患者如何服用人参？ / 59
- 38 IgA 肾病患者可以吃冬虫夏草吗？ / 60

第五章 药食同源，教你如何吃得好

- 1 为什么肾病患者控制饮食非常重要？ / 62
- 2 IgA 肾病患者饮食要注意些什么？ / 63
- 3 吃啥补啥，以肾补肾的说法对不对？ / 63
- 4 尿血的 IgA 肾病患者可以吃什么？ / 63
- 5 肾病患者为什么要限盐？ / 64
- 6 肾病限制盐的摄入，平时做饭少放点盐就可以了吗？ / 64
- 7 IgA 肾病患者吃什么样的蛋白质好？ / 65
- 8 肾病患者可以吃豆腐吗？哪些肾病患者最好少吃豆腐？ / 66
- 9 肾病患者可以吃鱼虾吗？ / 66
- 10 肾病患者可以喝酒吗？ / 67
- 11 肾病患者为什么要戒烟？ / 67

- 12 肾病患者能喝茶吗? / 68
- 13 肾病患者可以吃萝卜吗? / 68
- 14 肾病患者喝中药期间可以喝绿豆汤吗? / 68
- 15 肾病患者吃山药好不好? / 69
- 16 肾病患者可以吃阿胶吗? / 69
- 17 肾病患者可以吃枸杞吗? / 69
- 18 肾病患者服用金银花有什么益处? / 70
- 19 荷叶对肾病患者有什么好处? / 70
- 20 多多服用薏苡仁有什么好处? / 71
- 21 芡实可以治疗蛋白尿吗? / 71
- 22 有什么日常小食谱可以推荐的吗? / 72
- 23 容易腹泻的肾病患者可以吃什么食疗方? / 72

第六章 调养生活，治病强身

- 1 治疗肾病为什么要“三分治，七分养”? / 73
- 2 IgA 肾病患者睡眠不好怎么调养? / 74
- 3 IgA 肾病血尿患者需要卧床休息吗? / 74
- 4 肾病患者可以参加体育锻炼吗? 如何做到合理休息? / 75
- 5 IgA 肾病患者每天的运动量如何掌握? / 76
- 6 肾病患者应如何调养情志? / 76
- 7 肾病患者能过性生活吗? / 77
- 8 肾病患者可以练气功吗? / 78
- 9 为什么肾病患者的治疗要打持久战? / 79
- 10 生活中穴位按摩的常用手法有哪些? / 79
- 11 暖肾补虚，如何按摩涌泉穴? / 80
- 12 健脾益胃，为何首选足三里? / 81
- 13 利水健脾，三阴交作用有多大? / 82
- 14 培元补气，为何关元、气海不能少? / 83

第七章 医患交流

- 1 肾虚与肾病有什么不一样? / 84
- 2 如何正确地煎煮中药? / 85
- 3 IgA 肾病患者能单纯服用中药吗? / 85
- 4 肾病患者能用偏方进行治疗吗? / 86
- 5 高血压的 IgA 肾病患者应如何安排生活? / 87
- 6 高血压的 IgA 肾病患者如何安排饮食? / 87
- 7 IgA 肾病患者可以上班或上学吗? / 88
- 8 中医能“根治”肾病吗? / 88
- 9 肾病患者做肾活检有何临床意义? / 89
- 10 哪些患者适宜做肾穿刺? / 89
- 11 哪些患者不宜做肾穿刺? / 90
- 12 肾炎血尿患者做肾穿刺的意义有多大? / 91
- 13 肾穿刺有什么风险? / 91
- 14 减肥中药会伤肾吗? / 92
- 15 尿频有什么防治方法? / 93
- 16 肾病患者可以结婚吗? / 93
- 17 IgA 肾病患者可以生小孩吗? / 94
- 18 有妊娠计划的肾病患者可以吃中药吗? / 95
- 19 怀孕的肾病患者吃哪些中药须谨慎? / 95
- 20 慢性肾脏病患者可以服用膏方吗? / 96



血尿是指肉眼所见的呈深黄色甚至红色的尿液。在显微镜下观察尿标本时，如果其含有的红细胞超过了一定的数量，也可以算作血尿的范畴。血尿最常见的病因就是 IgA 肾病，同时也是 IgA 肾病最主要的临床表现。可见血尿与 IgA 肾病关系密切，是影响 IgA 肾病预后的重要因素之一。当然除了 IgA 肾病，还有很多其他疾病也可以引发血尿。因此，对于血尿为主要病情的患者必须在早期给予重视并监测，找清产生血尿的原因。首先需要做相关的检查明确临床诊断，如诊疗需要，部分患者还应考虑肾穿刺活检。尽早明确诊断，有利于制订合理的治疗方案和调养计划。

IgA 肾病是常见的肾脏疾病之一，临床以血尿为主要表现，尤其是在一次感冒或腹泻后发现血尿，则更要警惕此病的发生。相当部分患者为单纯性血尿，有些患者可伴有蛋白尿，部分患者可出现高血压，甚至出现肾功能衰竭。IgA 肾病可发生于任何年龄，但以青少年多见。我国 IgA 肾病发病率很高，随着肾脏穿刺的普及，IgA 肾病的确诊率逐步提高。

生活中很多人都觉得肾脏病离自己很遥远，其实不然，肾脏病是潜伏在我们身边的隐形杀手，一直悄悄地围绕在我们的身边。下面读者可以做做自测题，了解一下自己的肾脏情况！

您是否存在以下症状及病症：

- | | | | |
|---------|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| 1. 头晕 | ☐ | 9. 食量减少或不思饮食 | ☐ |
| 2. 乏力 | ☐ | 10. 恶心呕吐 | ☐ |
| 3. 腰背痛 | ☐ | 11. 尿中有泡沫 | ☐ |
| 4. 腹痛 | ☐ | 12. 尿量异常（减少或增多） | ☐ |
| 5. 耳鸣 | ☐ | 13. 夜尿多 | ☐ |
| 6. 听力下降 | ☐ | 14. 尿色异常（尿液红色或褐色） | ☐ |
| 7. 水肿 | ☐ | 15. 高血压 | ☐ |
| 8. 咽喉肿痛 | ☐ | 16. 贫血 | ☐ |

您在检查中是否发现以下情况：

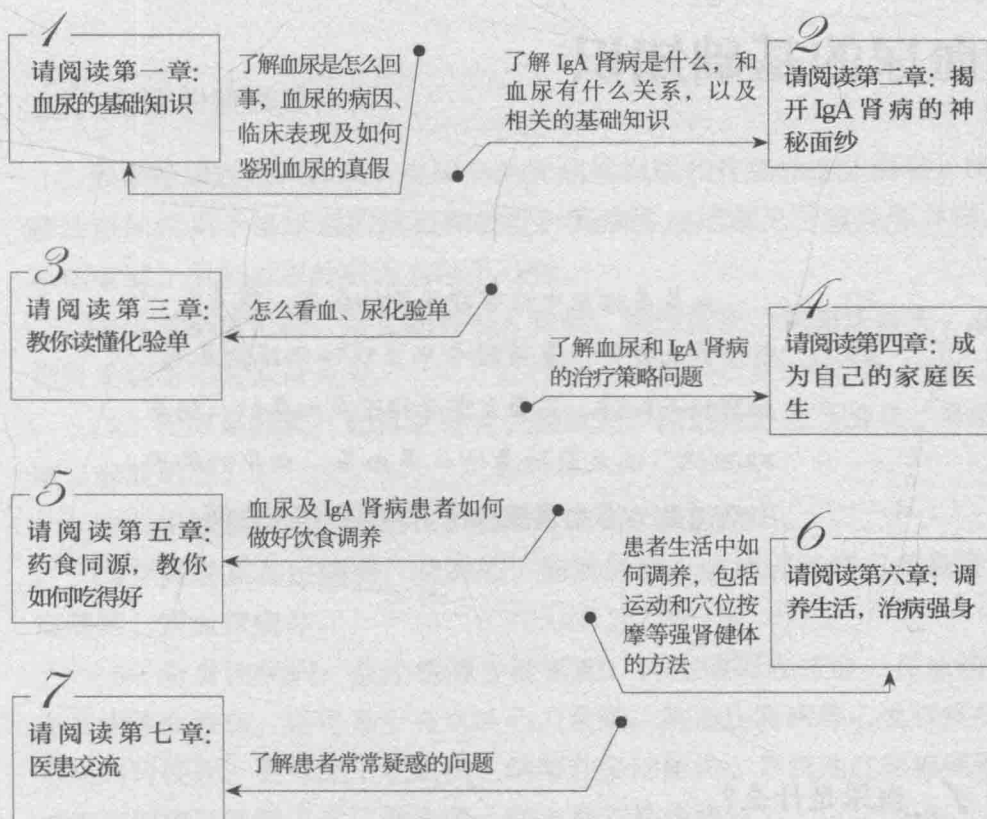
1. 尿常规检查：尿液中有（红细胞 ☐ 尿蛋白 ☐）
尿潜血阳性 ☐
2. 尿微量白蛋白检查：存在异常指标 ☐
3. 肾功能检查：肌酐升高 ☐ 尿素氮升高 ☐ 尿酸升高 ☐
4. 肾脏B超检查：大小异常（萎缩 ☐ 增大 ☐） 结构异常 ☐

如果您发现可以打钩的选项较多，提示您的肾脏可能已经出现了问题，一定要提高警惕！

随着社会发展及人们健康意识明显提高，人们逐步了解到，要防治疾病首先是要尽早地发现疾病，及时就医，并积极参与到治疗和调养中。学习基本的医疗和保健知识，于人于己都是有好处的。

在长期的医疗实践中，笔者及笔者团队对血尿及IgA肾病进行了深入系统的研究，对血尿及IgA肾病的防治积累了很多经验。同时，也深深地体会到，运用祖国医学的理念和方法，对血尿及IgA肾病进行合理的防治具有一定的优势。在临床中我们经常地被患者问到很多问题，这些问题涉及很多方面。现在将这些问题以及有关血尿和蛋白尿的相关知识整理成册，读者可根据下面的本书导读阅读相关章节，或系统阅读本书：

本书导读



希望通过阅读本书, 帮助读者了解血尿及 IgA 肾病, 用知识、智慧和信心共同面对疾病。



第一章

血尿的基础知识

引言

血尿是临床中经常能见到的疾病，很多人因为尿色发红、尿液检查中出现红细胞或尿潜血阳性而就诊。本章主要介绍有关血尿的一些基础知识，让大家知道什么是血尿、血尿的病因、如何鉴别血尿的真假、得了血尿如何求医等。



血尿是什么？

血尿是指尿液中红细胞异常增多，它主要依据尿液检查中红细胞的数量来判断。一般以显微镜下每个高倍视野有多少个红细胞（单位为个/高倍视野，即个/HPF）来表示。正常为 <3 个/高倍视野，若超出该数值的即为血尿。

血尿可分为镜下血尿和肉眼血尿。镜下血尿是指肉眼观察不到，只是在显微镜下观察到的尿液红细胞数异常，这部分患者很容易被忽视，多在常规的体格检查时才被发现。肉眼血尿是指肉眼即可看到尿中有

血，尿的颜色可见微红，呈洗肉水样或见到血块，这主要取决于出血量的多少。根据血尿发生的时间又可分为一过性血尿、间歇性血尿和持续性血尿。

2 血尿的病因是什么？

根据排尿时是否疼痛，血尿分为无痛性血尿和疼痛性血尿两种。疼痛性血尿常见于泌尿道的结石和炎症；无痛性血尿常见于肾炎和肿瘤。具体来讲，引起血尿的病因有以下几种。

（1）肾小球肾炎：常见的有 IgA 肾病、慢性肾炎、紫癜性肾炎、乙型肝炎病毒相关性肾炎等。

（2）泌尿系感染：如肾盂肾炎、膀胱炎、尿道炎、前列腺炎、肾结核、膀胱结核。

（3）泌尿系结石：肾结石、输尿管结石、膀胱结石。

（4）泌尿系占位病变：肾肿瘤、膀胱肿瘤、前列腺肿瘤、多囊肾、海绵肾、肾血管瘤等。

（5）全身性疾病：血小板减少性紫癜、再生障碍性贫血、白血病、血友病等血液病；还可见于充血性心力衰竭、高血压肾病等心血管疾病引起的肾梗死；更可见于皮肌炎、结节性多动脉炎、系统性红斑狼疮等结缔组织病以及肾下垂、游走肾、变态反应等疾病。

（6）化学药物或运动引起的肾损害和血尿。

虽然引起血尿的病因很多，但常见病因为慢性肾炎、IgA 肾病、紫癜性肾炎、膀胱炎以及泌尿系结石、结核等。

3 血尿有什么常见的伴随症状？

（1）伴水肿、高血压及尿中泡沫增多：正常的尿液应该是清澈的，