

肾为根本

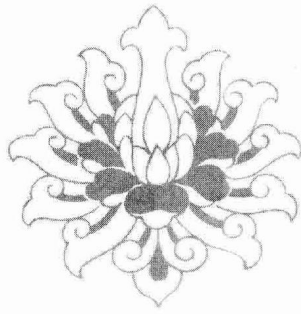
郭氏中医世家

肾病释疑

郭柳青 编著

上海科学技术文献出版社





肾病释疑

郭柳青 编著

上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

肾病释疑/郭柳青编著. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2009. 1

ISBN 978-7-5439-3746-8

I. 肾… II. 郭… III. 肾病(中医) — 诊疗 — 问答
IV. R256.5-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第179109号

责任编辑: 应丽春

封面设计: 诸黎敏

肾病释疑

郭柳青 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路746号 邮政编码200040)

全国新华书店经销

江苏常熟市人民印刷厂印刷

*

开本740X970 1/16 印张8.5 字数98 000

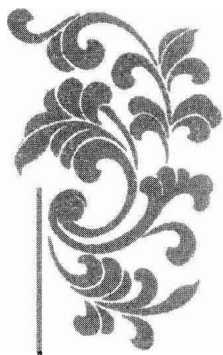
2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

印数: 1-5 000

ISBN 978-7-5439-3746-8

定价: 18.00元

<http://www.sstlp.com>



这是一本肾病专科医生在长期的临床诊疗中，由患者提出的与肾病密切相关的各种提问，笔者有针对性解答的答疑读本。

笔者出生于中医肾病世家，在长期与肾病患者及家属的交流与接触中，积聚了大量的他们心中的疑惑与想法，他们迫切想了解自己怎么会患肾病？患了肾病又该怎么样选择最佳的治疗途径？在治疗过程中又该注意些什么？……带着这些疑惑，笔者从实用性、系统性、科学性、完整性出发，由浅入深、通俗易懂地进行了详细解答。相信每位读者定能唾手而得，开卷受益。

因本书篇幅所限，故书中所提之问只限于肾脏的常见病、多发病，而对于哪些极少见到的且与肾相关的疾病的提问在此未作收录。对于哪些疑难杂症且又极度需要得到解答的患者，如果把他们排除在外，那是不合情理的，于是笔者留下电话供他们所问，以满足他们的需要。

在数十年的行医历程中，笔者经常听到、看到那些患了肾病的患者，他们患了肾病后既恐慌，又茫然，根本不知道肾病是什么病。该如何处理？如何治疗？有些患者病急乱投医，结果走了冤枉路，花了冤枉钱。有些干脆不予治疗，任其发展，结果到了病入膏肓的地步。所有这些作为郭氏中医的第三代传人，笔者有义务，有责任将这些答疑公之于众，以期最大限度地减少他们的疑惑与病痛，这就是笔者要写此书的真正缘由。

目 录



认识肾

- 为什么说肾为“先天之本”？ 12
- 肾脏的结构是怎样的？ 13
- 肾脏的功能有哪些？ 14
- 肾虚与肾病有何关联？ 16
- 中医如何认识肾病？ 17
- 中医治疗肾病的原则是什么？ 18
- 什么是治疗肾病的外治法？有哪些？ 20
- 常见的肾病有哪些？与哪些因素有关？ 22
- 肾病有哪些较明显的特征？ 23
- 肾脏疾病的患病率和易患人群怎样？ 24
- 肾脏病有遗传性吗？ 24
- 如何正确认识肾病的治疗？ 25
- 妊娠会加重肾损害吗？ 26
- 感冒会诱发肾病吗？ 27
- 尿路感染为什么必须早治？ 28
- 郭氏祖传《疏导内消汤》的特点是什么？ 29

药物和常规检验

- 中医中草药治疗肾病的独到之处在哪里？ 32
- 中草药的性能和特点有哪些？ 33
- 煎药有何学问？ 34
- 初服中药者若胃肠不适，怎么办？ 36
- 怎样服中药？ 38



- 如何认识“是药三分毒”？ 39
- 哪些药物对肾脏有毒副反应？ 40
- 肾病患者应慎用、禁用哪些中西药？ 41
- 药物过敏对肾脏的损害有多大？ 42
- 镇痛药是否会损害肾脏？ 42
- 肾病治疗过程中何时开始撤除激素？ 43
- 肾脏B超检查有助于哪些疾病的诊断？ 44
- 尿常规检查应注意什么？ 45
- 肾炎患者尿常规检查重点是哪些指标？ 45
- 尿三杯的临床意义是什么？ 46
- 尿少与多尿说明肾病的性质还是疾病的阶段？ 46
- 尿中出现免疫球蛋白及血清补体C₃说明什么？ 47
- 在什么情况下可以认定肾功能不全？ 48
- 为什么判断肾功能衰竭程度以内生肌酐清除率为先？ 49

肾病的常见症状

- 什么是血尿，镜下血尿与肉眼血尿有何区别？ 52
- 出现血尿一定是肾炎吗？如何判断？ 53
- 什么是蛋白尿？如何检测？ 54
- 有蛋白尿就是肾病吗？ 55
- 长期大量蛋白尿会影响肾功能吗？ 55
- 尿液浑浊一定是菌尿吗？ 56
- 尿中白细胞高一定是肾炎吗？ 56

目 录



- 什么疾病会产生水肿？ 57
- 肾脏引起水肿的原因有哪些？ 58
- 眼睑水肿，小便泡沫多是什么病？ 59
- 月经前常出现水肿，会是什么病呢？ 59
- 脸肿、头晕、晨起呕恶是怎么回事？ 60
- 恶心、呕吐、食欲不振一定是消化系统疾病吗？ 60
- 什么样的肾病会出现消化道症状？ 61
- 肾功能损害到什么程度会出现消化道症状 61
- 贫血的标准是什么？什么是肾性贫血？ 62
- 由肾病引起的腰痛有什么特点？ 63
- 慢性肾病患者为何容易手脚抽筋？ 64
- 慢性肾病患者为何引起周身骨痛？ 64
- 为什么慢性肾功能不全会引起皮肤瘙痒？ 65
- 为什么肾功不全患者会脱发和牙龈出血？ 65

常见的肾病和与肾相关的疾病

- 何为急性肾小球肾炎？ 68
- 何为慢性肾小球肾炎？ 69
- 肾小球肾炎临床如何分型？ 70
- 我怎么得了肾炎？ 71
- 肾炎能否治愈？ 72
- 急性肾炎会“不药而愈”吗？ 72
- 肾炎患者是否一定要卧床休息？ 73

目 录



- 肾炎患者必须禁盐吗？ 74
- 妊娠会引起肾炎吗？ 75
- 慢性肾炎患者能否结婚？ 76
- 慢性肾小球疾病妇女妊娠要特别注意哪些方面？ 76
- 肾病综合征的病因是什么？ 77
- 什么是肾病综合征的“三高一低”？ 78
- 如何安排肾病综合征患者的饮食起居？ 79
- 肾盂肾炎是怎样产生的？ 80
- 肾盂肾炎的诊断标准是什么？ 81
- 怎样避免肾盂肾炎反复发作？ 82
- 肾盂肾炎患者生活方面应注意些什么？ 83
- 什么是隐匿性肾炎？ 84
- IgA肾病是怎么回事？ 85
- 如何认识多囊肾？ 86
- 中医治疗多囊肾的原则是什么？ 86
- 什么是急性肾功能衰竭？ 87
- 什么是慢性肾功能衰竭？ 88
- 在什么情况下可认定尿毒症？ 89
- 尿毒症患者心力衰竭时如何自救与护理？ 89
- 为什么说尿毒症是一种肾功能严重损害的综合症状 90
- 无症状的肾病怎么会演变成肾功能衰竭？ 91
- 高血压与肾病有关吗？ 92
- 为什么要警惕高血压损害肾脏？ 93

目 录



- 何为紫癜性肾炎？ 94
- 过敏性紫癜的特征是什么？ 94
- 谁最容易得紫癜性肾炎？ 95
- 如何正确认识狼疮性肾炎？ 96
- 狼疮性肾炎的诊断标准是什么？ 97
- 尿路结石为什么是肾病？ 98
- 什么是糖尿病性肾病？ 99
- 糖尿病引起的肾脏损害的原因是什么？ 100
- 糖尿病性肾病与肾性糖尿病是一回事吗？ 100
- 尿酸肾病的临床表现有哪些？ 101
- 什么是痛风症？ 102
- 中医学对痛风症是怎样认识和治疗的？ 103
- 为什么乙肝病毒会导致肾病？ 104
- 肝肾综合征患者能挽救吗？ 105

肾病的调摄

- 中医学所谓的“病后慎起居”的含义是什么？ 108
- 中医学所谓的“平时保阴精”的含义是什么？ 109
- 肾病患者的婚姻、性生活、妊娠要注意什么？ 110
- 肾病患者心理调节的意义何在？ 112
- 肾病患者如何保证充足的睡眠？ 113
- 肾病患者生活与工作的原则有哪些？ 114
- 肾脏的一般保健须知有哪些？ 116

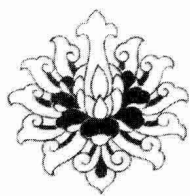
目 录



- 中医学中的肾病患者的护理要点有哪些? 118
- 如何估计各种肾病的预后情况? 120
- 肾病患者的饮食原则是什么? 122
- 肾病的食疗原则是什么? 124
- 如何选择营养品? 126
 - “吃啥”真能“补啥”吗? 127
- 体虚头晕吃人参对吗? 127
- 肾病患者是否能运动和旅游? 128
- 肾病患者康复期应注意什么? 130
- 肾病患者如何避免感染? 131
- 肾病患者怎样预防感冒? 132
- 肾病患者如何注意保暖? 133

肾主藏精，为先天之本。主水，合三焦、膀胱二腑；主津液，与肺脾两脏共同参与体内水液的代谢和调节，为人体水液代谢的重要器官。





认识肾

郭氏中医世家之肾病释疑

为什么说肾为“先天之本”？

中医学认为，肾的生理功能广泛，不仅包括了西医学肾脏的大部分功能，也包括了其他器官的部分功能，在生理功能上占有十分重要的位置。肾位于腰背部，左右各一，故称“腰为肾之府”。肾开窍于耳、司二阴，其华在发，肾与膀胱相表里。肾的主要功能是藏精、主水、主骨、生髓、纳气等。特别是肾的藏精功能，与人的生长、发育、生殖等密切相关，故称肾为“先天之本”。

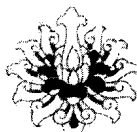
肾主藏精：肾所藏之精，包括先天之精与后天之精两个方面。先天之精，禀受于父母，是人体生育、繁殖的基本物质；后天之精，来源于饮食，为脾胃所化生，是营养脏腑、组织器官，维持人体生命活动的基本物质。故肾主藏精，它与机体的生长、发育与生殖密切相关。

肾主骨、生髓、通于脑：肾藏精，而精能生髓。髓有骨髓、脊髓之分。其中骨髓居于骨中，滋养骨骼，故“肾主骨”。中医学认为精血同源，精充则血足。这两者的密切关系，与现代医学认为的骨髓造血功能与肾脏产生的促红细胞生成素极为相似。脊髓上通于脑，脑为髓聚而成，故“脑为髓之海”、“肾通脑”，它与人的精神意识、思维活动密切相关。

肾主水：中医学认为，肾脏的主要功能是主水，它对水液生成、分布、排泄起着重要的作用，故有“肾为水脏”之称。肾阳、肾气充盛，则尿的生成与排泄正常。

肾主纳气：呼吸虽有肺所主，但需要肾的协调。肾有帮助肺吸气和降气的作用，称为“纳气”。只有肾气充沛，摄纳正常，才能使肺的气道通畅，呼吸均匀。

综上所述，中医学中讲的肾，基本上包括了西医讲的泌尿生殖系统和部分造血、内分泌、神经系统的功能。



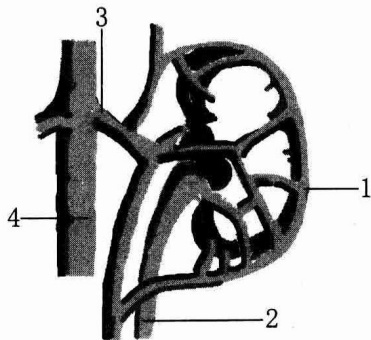
肾脏的结构是怎样的？

肾是人体器官中最为重要的脏器之一，自古以来，无论是祖国医学还是西方医学无不把肾这一实质性的器官摆在重要地位。其原因就是人不能没有肾脏，它与人体的心、肝、肺等脏器一样，是无可替代的。

人体有左右两个肾脏，其形状与蚕豆很相似，位于腹腔内、腹壁上部、脊柱两侧的脂肪囊中；正常成年人的每个肾脏长10~12厘米，宽5~6厘米，厚3~4厘米，重量约150克。

肾脏是人体的一个重要的排泄器官，对调节和维持人体体液容量和成分有重要作用。肾脏的生理功能单位分为肾小体及肾小管两部分。肾小体的中心是肾小球，主要起过滤作用；肾小管的功能是对水液的再吸收。

肾，在西医学中指的即是肾脏本身，它有确切的解剖位置、生理功能、病理变化。西医学所论述的肾都是指这一实质性的脏器。而中医学中所论述的肾，除了西医学所指的肾脏之外，还包含着与肾有关的一系列脏腑，例如膀胱属腑、肾与膀胱相表里，则是肾脏的一部分；肺主呼吸，肾主纳气，一呼一吸，使人体机能健康运作，这又是肾脏功能的一部分……凡此种种，说明了中医学的“肾”是一个宏观的概念。狭义地说，它是人体中的水道，而人体的水液输布及排泄是靠水道的运化来完成的。中医学认为肾位于腰部、脊柱两旁，左右各一，谓“腰为肾之府”，即腰部为肾之住处。肾为五脏之一，是先天之本、生命之源，具有很重要的功能。



与肾相关的部件
(背面)

1. 肾囊静脉
2. 输尿管静脉
3. 右肾动脉
4. 腹主动脉

肾脏的功能有哪些?

中医学概括为:

1. 肾藏精，与机体生长，发育、生殖功能密切相关

肾中所藏精气，是人体生长发育的物质基础，包含有“先天之精”和“后天之精”；先天之精禀受于父母，故称肾为“先天之本”；后天之精来源于后天脾胃运化水谷所化生的精微物质以及其他脏腑所化生的精气，它们皆归藏于肾。

2. 肾主水，对水液代谢起着重要的调节作用

故肾又有“水脏”之称。这与西医学的肾主水液代谢的认识有相同之处。肾主水液代谢的功能，中医学认为主要是靠肾的阳气对水液蒸发气化的作用来实现的。当然，人体水液的正常代谢，除依赖于肾的气化作用外，还离不开肺、脾、三焦和膀胱的气化功能。然而，所有这些脏腑功能的发挥关键还在于肾主水的作用。如脾对水液的运化，有赖于肾的温煦、推动；肺对水液的宣发肃降，又赖于肾的蒸化协助，即以肾主水液，升清降浊为基础；三焦为水液通道，更以肾气通行于三焦为前提，尤其是肾的气化作用直接影响到膀胱的气化和司职。

3. 肾主骨生髓，其华在发

肾的这一生理功能，是肾促进机体生长发育的具体表现，是肾主精的重要作用。肾精气充足，则骨髓得充，肾以得养。脊髓上通于脑，脑为髓之海，脑的功能与肾精充沛与否有着很大的关系。齿为骨之余，肾精气充盛，则骨髓强健，齿亦坚固。肾主藏精，精血同源，发为血之余，有赖于精血的濡养，故肾中精气的盛衰亦可以从头发的华泽上反映出来。

4. 肾主纳气

肾可以摄纳肺所吸入的清气，具有固摄、受纳作用，与肺主出



气相协调，共同维持机体呼吸功能与气体的正常交换。

5. 肾开窍于耳及前后两阴

“肾气通于耳、肾和则耳能闻五音”，肾中精气的盛衰与耳听力的灵敏与否密切相关。尿液的排泄依赖于膀胱，粪便的排泄依赖于大肠，但均与肾的气化功能有关。前阴主排尿与生殖，后阴主排泄糟粕，故曰肾主两阴。总之，肾的一切生理功能，全赖于肾中精气，肾中精气具体的生理活动可表现为肾阴、肾阳、肾精、肾气的功能。凡以充填滋养为主者为肾精的功能；凡以推动、温煦作用为主者为肾气、肾阳的功能；凡以滋润作用为主者为肾阴的功能。由此可见，中医学中的“肾”，其功能范围十分广泛，与生殖、水液代谢、呼吸功能、二便排泄、血液生成、骨骼发育、智力活动、头发生长、牙齿坚固等密切相关。

肾的功能西医学概括为：

- 通过形成尿液，维持水的平衡。
- 排除人体的代谢产物和进入体内的有害物质。
- 维持人体的酸碱平衡。
- 保持体液成分的恒定。
- 分泌或合成一些物质，调节人体的生理功能。

根据上述，我们可以看到中、西医学对肾的认识有其异同性。如在水液代谢、骨的发育以及血的生成等方面的认识有其一致性。了解和掌握有关肾的知识，中、西医学对肾认识的共性以及它们的不同之处，无论是对疾病的治疗、预防、保健以及医患配合等都是大有益处。



肾阴

又称元阴、真阴、肾水、真水。与肾水相对而言，指本脏的阴液（包括肾脏所藏之精），与肾阳依附为用，是肾阳功能活动的物质基础。肾阴不足，肾阳就会亢奋。

肾虚与肾病有何关联?

肾虚是指肾功能虚损所致的一种现象或证候，它包括中医学所述的功能及西医学所述的功能。临床上，肾虚以中老年人居多，症见腰膝酸软、疲乏无力、失眠健忘、心悸气短，或时而情绪烦躁不稳，或时有情绪低落不振，甚至食少便溏、失眠多梦等日常易见之症。这不但给自己的生活、工作、心理、精神带来诸多影响，而且还给家庭、社会带来较多不利，甚至造成痛苦和不安。然而，肾虚并非只有老年人才有，许多中青年也较多见，如自感神疲乏力、心烦意乱、头昏耳鸣、失眠多梦，男子滑精、阳痿，女子梦交、月经不能按时而下等，对此中医学认为都是肾虚所致。

而肾病则是肾脏及其系统发生病变的一类病症。最常见的肾病大致有如下一些：急、慢性肾小球肾炎，紫癜性肾炎，狼疮性肾炎，糖尿病性肾病，痛风性肾病，高血压性肾病，多囊肾性肾病，乙肝相关性肾炎，结石性肾病，隐匿性肾炎，IgA肾炎，肾病综合征，慢性肾功能不全，慢性肾功能衰竭，尿毒症等。

从肾脏疾病的表象上看，肾虚与肾病既是独立的病症，又有紧密的联系。一般而言，肾虚是指自我感觉腰酸乏力、头身困重、夜尿频数、失眠多梦、男子阳痿不举、女子宫冷不孕等，而广义的肾虚是指患者各类肾脏疾病，在长期患病状态下，因病致虚所致，因而两者有质的区别。

需要指出的是，肾虚与肾病则是一个相对概念，在某种情况下肾虚则是肾病的前驱，而肾病日久则必然有肾虚的证候。单纯性的肾虚固然有之，但必须经过各种检查并经治疗，方能定之。

倘久治不愈，则必须重新审视。再做一些似乎无关的检查，有些看似无关的检查，还往往找到了疾病的根源。