

吃治百病系列丛书

● 李佑生 伍大华 编著

# 肾炎

患者最想知道什么

何清湖 总主编

SHENYAN

山西科学技术出版社

吃治百病系列丛书

何清湖 总主编



# 肾 炎

——患者最想知道什么

李佑生 伍大华 编著



山西科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

肾炎——患者最想知道什么/李佑生,伍大华编著.  
—太原:山西科学技术出版社,2002.2  
(吃治百病系列丛书)  
ISBN 7-5377-1926-8

I. 肾... II. ①李... ②伍... III. 肾炎-患者最想知道什么 IV. R692.305

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 069693

### 吃治百病系列丛书

### 肾 炎

——患者最想知道是什么

李佑生 伍大华 编著

\*

山西科学技术出版社出版 (太原建设南路 15 号)  
山西省新华书店发行 山西人民印刷厂印刷

\*

开本: 787 × 960 1/32 印张: 6.125 字数: 111 千字

2002 年 2 月第 1 版 2002 年 2 月太原第 1 次印刷

印数: 1 - 3 000 册

\*

ISBN 7-5377-1926-8

R · 706 定价: 10.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印厂联系调换。

# 前 言



健康是人们永恒的追求。

自古以来，食以养命，药以治病。三分治，七分养。“先以食疗……后乃用药尔”（孙思邈语）。药食同源，药食一家，对于疾病而言，饮食调理和药物治疗有着同等重要的地位。药食通过口吃入胃消化吸收之后，其营养成分和药理成分通过血液循环到达全身各组织器官，发挥其应有的作用。本丛书突出“吃治”重点，无论他中药、服西药、吃中西成药，还是食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶、尝药糕，甚至平常谷蔬果菜、盐油酱醋、飞禽走兽、鱼虾贝介等等，凡从口入，并且对疾病的调养和康复大有裨益者，均属本丛书的范畴。当然，药食治病必有法度，亦必有禁忌；强调经口入胃的治疗方法，并不排除其他各种治疗途径。

本丛书主要面向广大患者及其家属，以科普的形式介绍了临床常见病及多发病的基本知

识、中西药物和食物治疗方法。各分册均以章为纲，章下设题论述。力求通俗化、普及化、实用化，使读者“一读就懂，懂了会用，用了有效，安全可靠”。我们希望每一个人都能“吃出健康来”。

本丛书由湖南省中西医结合学会负责组织，得到了湖南中医学院、湖南省中医药研究院、湖南省中医药学校、湖南省株洲市药检所、深圳市中医院等单位的大力支持，在湖南省株洲市药检所谭同来高级讲师及山西科学技术出版社赵志春副总编的策划下，集中了尤昭玲、龙森泉、孙材江、金益强、蔡光先、周小青、李家邦等专家和一批中青年学者、医生的集体智慧，共聚其成。在此，谨对以上单位和个人表示衷心谢意！

何清湖

# 《吃治百病》系列丛书编委会

主任委员：尤昭玲

副主任委员：龙森泉 孙材江 金益强 蔡光先

周小青 李家邦

总策划：谭同来 赵志春

总主编：何清湖

副总编：周 慎 李 玄 刘祖贞 王君峰

编 委：(以姓氏笔画为序)：

卜献春	王建玲	王君峰	邓小琴	田 松
皮 敏	向秀梅	朱晓华	伍大华	米 兰
刘百祥	刘庆林	刘建和	刘祖贞	李 玄
李 翾	李佑生	杜奕欣	杨志波	杨维华
杨曙东	肖志杰	吴红玲	何清湖	陈美仁
陈其华	张崇泉	罗小华	周 慎	周德生
郑晓瑛	钟 颖	姚欣艳	夏晓凯	郭 翔
陶 峰	黄秀波	彭立生	彭柯萍	喻 斌
喻正科	蒲祖纯	雷 磊	廖金剑	谭同来
谭李红	谭金华	樊丽花		

学术秘书：王建玲 向秀梅

# 目 录

## 第1章 诊病须知

1. 肾炎是一种什么病? ..... (2)
2. 我国有多少人患有肾炎? ..... (3)
3. 肾炎有多大的危害性? ..... (4)
4. 哪些原因可以引起肾炎? ..... (4)
5. 肾炎会不会遗传? ..... (5)
6. 肾盂肾炎与肾炎有什么不同吗? ..... (7)
7. 肾炎与肾病综合征有什么关系? ..... (8)
8. 肾炎与尿毒症有什么关系? ..... (8)
9. 哪些原因可以诱发或加重肾炎? ..... (9)
10. 蛋白尿与肾炎有什么关系? ..... (10)
11. 血尿与肾炎有什么关系? ..... (11)
12. 肾炎在医学上如何划分? ..... (12)
13. 年龄与肾炎有什么关系? ..... (13)
14. 怎样早期发现肾炎? ..... (14)
15. 肾炎常见的症状有哪些? ..... (14)
16. 肾炎引起的常见并发症有哪些? ..... (17)
17. 做肾炎检查留尿的学问有哪些? ..... (18)
18. 得了肾炎后到医院需做哪些检查? ..... (20)
19. 自己可以通过哪些检查发现肾炎? ..... (24)
20. 怎样才能知道自己的肾炎有多重? ..... (24)
21. 肾炎是怎样导致尿毒症的? ..... (26)



22. 导致肾炎患者死亡的原因有哪些? .....(27)

## 第2章 吃治原则

23. 肾炎能不能根治? .....(30)

24. 肾炎治疗的主要目标是什么? .....(31)

25. 治疗肾炎的方法有哪些? .....(31)

26. 吃治肾炎的基本原则有哪些? .....(33)

27. 如何合理选择使用吃治方法? .....(34)

## 第3章 中药处方

28. 中药处方能治肾炎吗? .....(38)

29. 中医对肾炎如何认识? .....(38)

30. 用中药治疗肾炎有什么要求? .....(40)

31. 怎样运用中医辨证治疗肾炎水肿? .....(42)

32. 怎样运用中医辨证治疗肾炎血尿? .....(44)

33. 怎样运用中医辨证治疗肾炎高血压? .....(44)

34. 怎样运用中医辨证治疗肾炎蛋白尿? .....(45)

35. 怎样运用中医辨证治疗肾炎肾功能不全? ... (46)

36. 常用治疗肾炎的中成药有哪些? .....(47)

37. 常用治疗肾炎蛋白尿的中成药有哪些? .....(48)

38. 常用治疗肾炎血尿的中成药有哪些? .....(49)



# 目 录

39. 常用治疗肾炎高血压的中成药有哪些? ..... (50)
40. 常用治疗肾炎肾功能不全的中成药有哪些?  
..... (50)
41. 常用治疗肾炎水肿的中成药有哪些? ..... (52)
42. 雷公藤有哪些常见的副反应? ..... (53)
43. 肾功能不好时是不是能服雷公藤? ..... (54)
44. 是否有治疗肾炎效果好的验方? ..... (56)
45. 单方能治肾炎吗? ..... (58)
46. 治疗肾炎有效的中草药有哪些? ..... (60)
47. 我国治肾炎的著名中医专家有哪些? ..... (61)

## 第4章 西药处方

48. 西药能不能治肾炎? ..... (66)
49. 治疗肾炎的西药有哪些? ..... (67)
50. 激素能不能治好肾炎? ..... (68)
51. 如何正确使用激素? ..... (69)
52. 激素常见的副作用有哪些? 应该怎样预防?  
..... (71)
53. 是不是肾炎病人都要用激素? ..... (73)
54. 激素是不是对所有肾炎病人都有效? ..... (73)
55. 使用激素时应注意什么? ..... (74)
56. 肾炎病人在什么时候可以用环磷酰胺? ..... (75)



57. 怎样正确使用环磷酰胺? .....(75)
58. 环磷酰胺有哪些副作用? .....(76)
59. 什么叫四联疗法? .....(78)
60. 使用四联疗法有什么好处? .....(78)
61. 什么叫冲击疗法? .....(79)
62. 使用冲击疗法有什么好处? .....(80)
63. 使用冲击疗法有没有危险? .....(80)
64. 需要长期服用激素时应该怎么办? .....(81)
65. 激素是不是能与中药处方同时使用? .....(81)
66. 服用激素出现副反应时应怎么办? .....(82)
67. 肾功能不好时是不是还能吃激素? .....(83)
68. 肾功能不好时是不是还能用环磷酰胺? .....(84)
69. 肾功能不好时是不是还能用四联疗法? .....(84)
70. 除了激素以外,还有没有可以治疗蛋白尿的  
西药? .....(85)
71. 肾炎高血压怎样选用降压药? .....(85)
72. 肾炎病人应慎服(用)或禁服哪些西药? .....(86)

## 第5章 自购药物

73. 肾炎病人能否自购药物治疗? .....(90)
74. 肾炎病人自购药物时应注意什么? .....(90)
75. 肾炎病人常应配置的自购药物有哪些? .....(92)



# 目 录

76. 治疗肾炎病的非处方药与处方药有什么区别?  
.....(92)
77. 治疗肾炎的非处方用药绝对安全吗? .....(93)

## 第6章 饮食疗法

78. 肾炎病人为什么要用饮食疗法? .....(96)
79. 饮食疗法的基本原则是什么? .....(96)
80. 肾炎饮食疗法的内容有哪些? .....(98)
81. 肾炎患者为什么要养成良好的饮食习惯? ... (98)
82. 饮食疗法与控制饮食有何不同? .....(99)
83. 饮食疗法适用于哪些肾炎病人? .....(100)
84. 怎样计算肾炎病人日需总热量? .....(101)
85. 肾炎患者食物中糖、蛋白质、脂肪怎样按热量  
比例进行分配计算? .....(102)
86. 肾炎患者每日怎样合理选择主食及进行主副  
食的合理搭配? .....(103)
87. 如何掌握肾炎病人的食盐用量? .....(105)
88. 肾炎患儿的饮食应注意什么? .....(106)
89. 透析病人应该怎样安排饮食? .....(107)
90. 什么叫优质蛋白质? .....(108)
91. 哪些食物中含优质蛋白质? .....(109)
92. 什么叫粗蛋白质? .....(109)



93. 哪些食物中含粗蛋白质? .....(109)
94. 肾炎病人是不是一定要进优质低蛋白饮食?  
.....(110)
95. 肾炎病人的蛋白质摄入量以多少为宜? .....(111)
96. 肾炎病人怎样合理食用脂肪? .....(112)
97. 肾炎病人怎样限制胆固醇的摄入量? .....(112)
98. 肾炎病人常用的食品有哪些? .....(113)
99. 肾炎病人应该怎样选用饮料? .....(114)
100. 肾炎病人应该怎样选用糕点? .....(115)
101. 肾炎病人应该怎样选用羹汤? .....(116)
102. 肾炎病人应该怎样选用粥饭? .....(118)
103. 肾炎病人应该怎样选用菜肴? .....(119)
104. 怎样安排肾炎大量蛋白尿病人的饮食? ... (121)
105. 怎样安排肾炎血尿病人的饮食? .....(122)
106. 怎样安排肾炎少尿病人的饮食? .....(123)
107. 肾炎患者有高度水肿时怎样安排饮食? ... (124)
108. 怎样安排肾炎尿毒症病人的饮食? .....(124)
109. 怎样安排肾炎伴高血压病人的饮食? .....(126)
110. 怎样安排大剂量激素治疗阶段肾炎患者的  
饮食? .....(126)
111. 急性肾炎病人的食疗方有哪些? .....(127)
112. 肾炎尿少水肿的食疗方有哪些? .....(129)
113. 肾炎蛋白尿病人的食疗方有哪些? .....(131)
114. 肾炎血尿病人的食疗方有哪些? .....(132)



# 目 录

- 115. 肾炎伴高血压病人的食疗方有哪些? ..... (134)
- 116. 肾炎病人肾功能不全的食疗方有哪些? ... (135)
- 117. 肾炎贫血病人的食疗方有哪些? .....(136)
- 118. 肾炎夜尿频多病人的食疗方有哪些? ..... (138)
- 119. 肾炎尿多病人的食疗方有哪些? .....(139)
- 120. 肾炎经常感冒病人的食疗方有哪些? ..... (140)
- 121. 肾炎低蛋白血症病人的食疗方有哪些? ... (141)
- 122. 肾炎易疲乏病人的食疗方有哪些? .....(142)
- 123. 肾炎缺钙转筋病人的食疗方有哪些? ..... (142)
- 124. 运用饮食疗法治疗肾炎时应注意些什么? (143)

## 第7章 吃治忌口

- 125. 肾炎病人为什么要忌口? ..... (146)
- 126. 肾炎病人不宜吃什么? .....(146)
- 127. 肾炎病人为什么不能多食豆制品? .....(147)
- 128. 肾炎病人为什么要禁酒? ..... (148)
- 129. 肾炎病人为什么要禁烟? ..... (148)
- 130. 肾炎病人能吃盐吗? .....(149)
- 131. 肾炎患者要禁水吗? .....(149)
- 132. 肾炎病人吃水果应注意些什么? .....(150)
- 133. 肾炎病人能饮茶吗? .....(151)
- 134. 肾炎病人能吃海鲜吗? .....(151)



135. 肾炎病人能吃蘑菇吗? .....(152)
136. 肾炎病人有哪些副食品不能吃? .....(153)
137. 是不是所有动物蛋白都能吃? .....(153)
138. 什么叫发物? 为什么要忌发物? .....(154)
139. 肾炎病人吃中药有什么禁忌? .....(154)
140. 肾炎病人吃西药有什么禁忌? .....(155)
141. 肾炎患者忌口要多长时间? .....(156)

## 第8章 其他治疗

142. 除吃药、饮食外, 还有哪些方法可以治疗肾炎?  
.....(160)
143. 怎样运用药浴疗法治疗肾炎? .....(160)
144. 怎样运用敷贴法治疗肾炎? .....(161)
145. 肾炎病人的运动量以多少为宜? .....(162)

## 第9章 预防保健

146. 肾炎能够预防吗? .....(164)
147. 怎样预防肾炎? .....(164)
148. 如何防止肾炎出现尿毒症? .....(165)
149. 中医预防肾炎有哪些认识? .....(166)
150. 怎样安排好肾炎病人的生活? .....(167)

# 目 录

- 151. 肾炎病人能不能继续参加学习和工作? … (168)
- 152. 肾炎病人是否能结婚、生育? ……(169)
- 153. 怎样对肾炎病人进行心理护理? ……(169)
- 154. 肾炎病人怎样预防出现电解质紊乱? …… (170)
- 155. 肾炎病人能过性生活吗? …… (171)
- 156. 肾炎病人能否怀孕? ……(172)
- 157. 肾炎病人如何四季保健养生? ……(173)
- 158. 肾炎病人能外出旅游或出差吗? ……(174)
- 159. 体育锻炼对肾炎病人适用吗? ……(175)
- 160. 肾炎病人的家属要注意些什么? ……(176)

吃治百病系列丛书



诊

第1章

病

须

知



## 肾炎是一种什么病?

**肾**炎,在医学上称之为肾小球肾炎,它是由于肾小球的损害而引起的一类疾病。这类病人一般都是以水肿、血尿、蛋白尿、高血压为主要表现。

肾炎包括很多类型,一般我们常说的急性肾炎与慢性肾炎主要是根据其病程的长短而分的,即病程在1年以内的称急性肾炎,病程在1年以上的称慢性肾炎。但急性肾炎与慢性肾炎往往在其病理上有其各自的特殊性,并非单纯根据其病程进行划分。我们还常听医生说谁患的是肾病综合征,其实肾病综合征也属肾炎的范畴,即这类病人主要表现为大量蛋白尿,并有高度水肿,但其实质仍属肾小球损害。这些分类方法都是根据他们的临床表现来划分的,由于这种分类方法不能反映疾病的病理本质,目前新的医学分类方法已经较少采用。

在我国古代的医学文献中虽然没有肾炎这一病名,但有关不同原因引起的水肿的记载有很多。如在中医经典著作《内经》中有“水”的名称,并根据不同症状分为风水、石水、涌水,同时在论述中明确提出“勇而劳甚则肾汗出,肾汗出,内不得入于脏腑,外不得越于皮肤,客于玄府,行于皮里,传为浮肿,本之于肾,名曰风水”,这里说的就是导致水肿的根本原因在肾脏。另一部中医经典著作