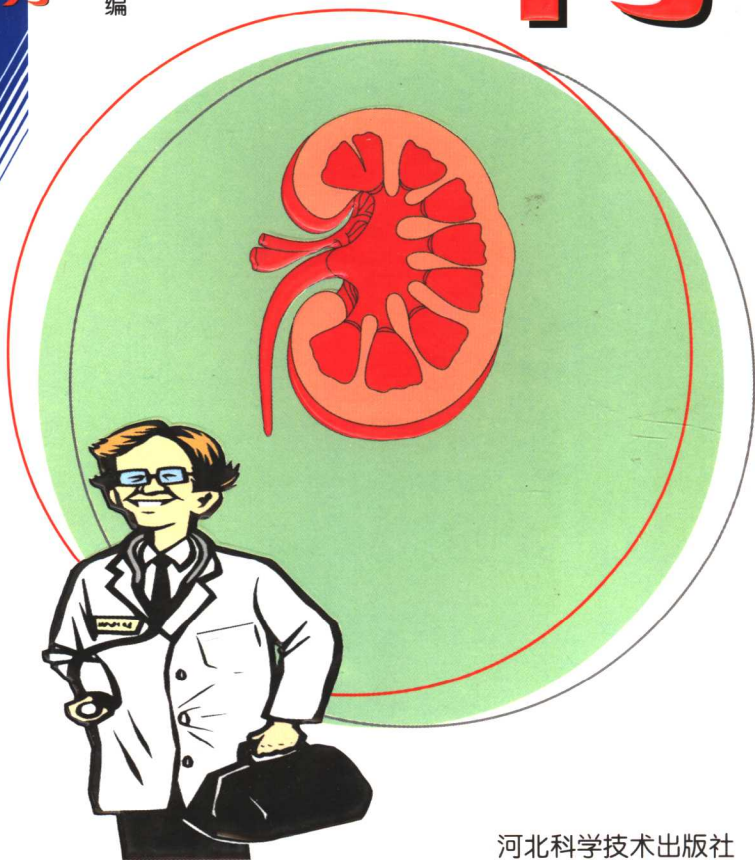




健康快易通系列

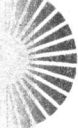
王元松 陈志强 王月华 主编

怎样保养你的 肾



河北科学技术出版社

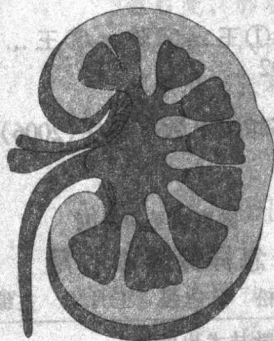
JIAN KANG KUAIYITONG XILIE



健康快易通系列

王元松 陈志强 王月华 主编

怎样保养你的 肾



河北科学技术出版社

JIANKANG KUAIYITONG XILIE

主 编：王元松 陈志强 王月华
副主编：王思洲 郭登洲 刘丽宏
编 委：张健英 陈文斌 杨 倩 胡冬菊
白建乐 段桂英 冯少杰

图书在版编目(CIP)数据

怎样保养你的肾/王元松, 陈志强, 王月华主
编. —石家庄: 河北科学技术出版社, 2006
(健康快易通系列)
ISBN 7-5375-3380-6

I. 怎... II. ①王... ②陈... ③王... III. 肾疾病
—防治 IV. R692

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 049221 号

健康快易通系列

怎样保养你的肾

王元松 陈志强 王月华 主编

出版发行	河北科学技术出版社
地 址	石家庄市友谊北大街 330 号 (邮编: 050061)
印 刷	河北供销印刷厂
经 销	新华书店
开 本	787 × 960 1/32
印 张	13.875
字 数	239000
版 次	2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷
印 数	4000
定 价	21.00 元

<http://www.hkpress.com.cn>

《健康快易通系列》编委会

主 编：蔡建荣 孟建华

副主编：杨月敏 陈志强 郭登洲 白建乐
王思洲 刘建平 成 立 孙士然
刘彦岭

编 委：刘丽宏 刘经选 刘启泉 杨 倩
胡冬菊 王玉洁 张昭原 李瑞岭
王元松 崔占琴 高 飞 边文会
田金悦 王瑞芳 王雪玉 曹 青
韩福谦 张如锋 王彦刚 杜艳茹
王志坤 白海燕 谢 伟

前言

随着社会文明的不断进步，人们的保健意识不断增强，都希望能掌握一定的医学知识，以便懂得如何有效地防病、治病，可以说寻求自身的健康，是人们的共同愿望，为此，我们组织有关专家编写了《健康快易通系列》，本套丛书共16册，包括《怎样保养你的脑》、《怎样保养你的眼》、《怎样保养你的鼻》、《怎样保养你的甲状腺》、《怎样保养你的心》、《怎样保养你的肺》、《怎样保养你的肝》、《怎样保养你的胆》、《怎样保养你的乳房》、《怎样保养你的胃》、《怎样保养你的肠》、《怎样保养你的肾》、《怎样保养你的子宫》、《怎样保养你的前列腺》、《怎样保养你的颈椎》、《怎样保养你的腰》。

本套丛书均由临床各科具有丰富临床经验的医师编写，是理论与实践经验的结晶。每书分上下两篇，上篇为基础知识，下篇介绍疾病的病因、症状、检查方法、治疗措施、调养技巧等，于医生不在的情况下，家庭成员能懂得如何观察患者和正确

地进行一般性的处理。患者在病情稳定或尚未痊愈时，可以书中介绍的方法作为辅助治疗和康复的重要手段；若病情严重或不稳定，则须在医生直接指导下综合治疗。另外，书中还介绍了许多保健、预防措施，参照应用，可提高自我保健能力，增进身体健康，帮助您未病先防。

为了增强此套书的可读性、实用性，我们尽量做到文字通俗易懂，方法简便实用，内容充实全面，希望对广大读者保持健康的身体有所帮助。

由于水平所限，不当之处在所难免，敬请读者批评指正，以便再版时更正。

蔡建荣 孟建华

2006年4月

目 录

基础知识篇

了解肾脏的结构·····	(3)
什么是肾单位·····	(3)
肾小球的结构·····	(4)
肾小球的功能·····	(5)
肾小管的组成·····	(5)
肾小球旁器及其功能·····	(6)
肾小球滤过膜的构造和功能·····	(7)
肾内血管结构有何特点·····	(8)
肾的血液循环有哪些特点·····	(10)
肾脏血液循环是如何调节的·····	(10)
肾脏的神经支配有何特点·····	(12)
肾脏有何功能·····	(13)
尿液是如何生成的·····	(14)
什么是肾小管的重吸收功能·····	(15)
肾小管的重吸收功能有哪些方式·····	(16)
肾脏在水液调节中的作用·····	(17)
肾脏对钠、钾、氯是如何排泄和调节的·····	(19)

怎样保养你的肾

肾脏怎样排泄体内的毒素·····	(20)
肾脏是如何维持机体酸碱平衡的·····	(21)
肾脏对人体血压是如何调节的·····	(23)
肾脏分泌激素的种类·····	(24)
中医对“肾”的认识·····	(25)
常见的肾脏病有哪些·····	(26)
肾脏疾病的信号·····	(26)
肾脏病有哪些常见的临床症状·····	(28)
肾脏病出现水肿的原因·····	(30)
肾性水肿有何特点·····	(31)
肾炎性水肿的病理机制·····	(31)
肾病性水肿的病理机制·····	(32)
是否水肿越重肾脏病越重·····	(33)
正常人尿中有蛋白质吗·····	(34)
何谓蛋白尿·····	(34)
蛋白尿的分类·····	(35)
什么是功能性蛋白尿·····	(36)
什么是体位性蛋白尿·····	(37)
什么是病理性蛋白尿·····	(38)
病理性蛋白尿常见于哪些疾病·····	(39)
肾脏病出现恶心、呕吐的原因·····	(39)
正常尿液的颜色·····	(41)
病理状态时尿的颜色有哪些改变·····	(42)
怎样确定多尿、少尿、无尿·····	(43)
尿量改变与疾病的关系·····	(44)

目 录

衡量夜尿多少的临床意义·····	(45)
肾性少尿和无尿常见于哪些疾病·····	(46)
什么是脓尿·····	(46)
哪些泌尿生殖系统疾病可引起脓尿·····	(47)
什么是血尿·····	(48)
什么是假性血尿·····	(49)
如何鉴别真假血尿·····	(49)
血尿的常见病因·····	(50)
上泌尿道出血的特点·····	(51)
下泌尿道出血的特点·····	(51)
肾小球疾病时的血尿特点·····	(52)
哪些肾小球疾病以血尿为主要临床表现·····	(52)
什么是运动性血尿·····	(53)
尿频、尿急、尿痛的原因·····	(54)
什么是肾性贫血·····	(55)
造成肾性贫血的原因·····	(55)
腰痛是否都是肾脏有病·····	(56)
什么是肾绞痛·····	(57)
肾绞痛的病因和病理·····	(57)
什么是肾性高血压·····	(58)
肾性高血压是怎样形成的·····	(59)
肾性高血压与原发性高血压的区别·····	(59)
哪些肾脏病会引起高血压·····	(60)
如何正确收集尿液标本·····	(61)
尿常规检查的临床意义·····	(62)

怎样保养你的肾

肾病患者应做哪些尿液检查·····	(63)
测定尿比重的方法·····	(64)
测定尿比重的意义·····	(65)
尿糖阳性有哪些原因·····	(66)
检查尿液的酸碱度有何意义·····	(67)
测定尿钾、尿钠的意义·····	(67)
测定尿酶的意义·····	(68)
尿 N-乙酰氨基葡萄糖苷酶升高的意义 ·····	(69)
测定尿溶菌酶的意义·····	(69)
尿常规化验单各种符号的意义·····	(70)
白细胞尿的诊断标准及临床意义·····	(71)
什么是菌尿·····	(72)
菌尿的检验方法·····	(72)
尿细菌培养的临床意义·····	(73)
尿细菌培养在哪些情况下会出现假阴性·····	(74)
结晶尿的临床意义·····	(74)
什么是管型尿·····	(75)
健康人尿中有管型吗·····	(76)
管型尿的临床意义·····	(76)
什么是尿蛋白定性试验·····	(77)
什么是尿蛋白定量试验·····	(78)
尿蛋白阳性意味着什么·····	(79)
什么是本周蛋白试验·····	(79)
什么是尿三杯试验·····	(80)

目 录

尿三杯试验的临床意义·····	(80)
尿沉渣定量检查的方法及临床意义·····	(81)
尿液浓缩与稀释试验的临床意义·····	(82)
常用的肾功能检查有哪些·····	(83)
什么是内生肌酐清除率·····	(85)
内生肌酐清除率的临床意义·····	(85)
血肌酐测定的临床意义·····	(86)
血尿素氮测定的临床意义·····	(87)
影响血尿素氮增高的肾外因素有哪些·····	(88)
放射性核素肾图的临床意义·····	(88)
酚红排泄试验(PSP)的临床意义·····	(89)
尿纤维蛋白原降解产物(FDP)测定的临床 意义·····	(90)
血、尿 β_2 -微球蛋白测定的临床意义·····	(91)
血清补体 C_3 测定的临床意义·····	(93)
血清免疫球蛋白测定的临床意义·····	(94)
尿溶菌酶测定的临床意义·····	(95)
尿路平片在肾脏病检查中的临床意义·····	(96)
为提高尿路平片的质量应做好哪些准备·····	(96)
静脉尿路造影的适应证·····	(97)
静脉肾盂造影会加重肾功能损害吗·····	(97)
静脉注射造影剂有无危险性·····	(98)
静脉尿路造影和逆行肾盂造影的禁忌证·····	(98)
介入性放射学在肾脏疾病诊疗中有哪些应用 ·····	(99)

怎样保养你的肾

CT 对于肾脏疾病的诊断价值	(100)
核磁共振对肾脏疾病的诊断价值	(101)
肾脏 B 超检查的临床意义	(101)
肾脏 B 超检查的局限性	(102)
什么是放射性核素肾显像	(102)
放射性核素肾显像有何意义	(103)
什么是肾活体组织检查	(104)
肾脏病患者做肾活检的临床意义	(104)
肾穿刺前应做哪些准备	(105)
肾活检的适应证	(106)
肾活检的绝对禁忌证和相对禁忌证	(108)
肾活检会加重肾脏损害吗	(109)
肾功能衰竭者行肾穿刺活检要特别慎重	(110)
经皮穿刺肾活检常见的并发症及避免方法	(110)
肾穿刺后的观察和处理	(112)
肾小球疾病活动期的指标	(112)
怎样判断肾的功能	(113)
肾脏各项功能检查正常，是否肾脏就不存在 问题	(114)
什么是透析	(115)
什么是腹膜透析	(116)
什么是血液透析	(116)
能够造成肾脏损害的西药有哪些	(117)
能够造成肾脏损害的中药有哪些	(118)

肾脏病患者长期服用中药有无不良反应·····	(118)
肾脏病患者为什么要坚持长期治疗·····	(119)
补肾食疗方·····	(119)
肾病患者应注意什么问题·····	(126)
肾病患者如何掌握盐的食用量·····	(129)
饮酒对肾炎的影响·····	(130)
肾脏病患者为什么要预防流感·····	(131)
肾脏病患者何时需要卧床休息·····	(131)
何时可下床活动·····	(132)
肾脏病患者能否参加体育锻炼·····	(133)
肾虚应做什么运动·····	(133)
慢性肾病患者宜练八段锦·····	(134)
肾炎病人如何选择旅游·····	(138)
肾脏病患者可以过性生活吗·····	(138)
肾脏病患者可以怀孕吗·····	(139)
日常护肾措施·····	(139)
如何预防肾脏病·····	(140)

疾病治疗篇

急性肾小球肾炎·····	(145)
急进性肾小球肾炎·····	(164)
肾病综合征·····	(173)
慢性肾小球肾炎·····	(193)
隐匿性肾小球疾病·····	(216)

怎样保养你的肾

IgA 肾病	(224)
狼疮性肾炎	(231)
紫癜性肾炎	(246)
糖尿病肾病	(256)
乙型肝炎病毒相关性肾炎	(268)
间质性肾炎	(277)
尿酸性肾病	(286)
肾小管性酸中毒	(297)
急性肾盂肾炎	(304)
慢性肾盂肾炎	(315)
肾结石	(328)
多囊肾	(346)
单纯肾囊肿	(353)
肾结核	(359)
肾癌	(368)
急性肾功能衰竭	(382)
慢性肾功能衰竭	(394)
肾下垂	(411)
肾积水	(417)
肾损伤	(423)
参考文献	(429)

基础知识篇





了解肾脏的结构

肾脏是一对很像蚕豆形的内脏，它在腹腔后的脊柱两旁，前面有腹腔内的肠管，后面有强壮的腰部肌肉。成年男性，正常肾脏每个重 120 ~ 170 克，大小约 10 厘米 × 5 厘米 × 4 厘米，约相当本人握起的拳头大小，女性较男性稍小。肾脏的内侧中部凹陷开放，叫做肾门，内有肾盂、血管、淋巴管和神经丛，它们由此进入肾脏里面。如果把肾脏从纵轴切开，可看到两层，外层厚约 1 厘米，内有许多细小红色点状颗粒，这层叫做肾皮质，那些红色颗粒就是肾小球。内层厚约 2.5 厘米，呈暗红色，内有许多细小条纹，这层叫做肾髓质，那些细小条纹就是肾小管。肾小球与肾小管相连，叫做肾单位。



什么是肾单位

肾单位是组成肾脏的结构和功能的基本单位，包括肾小体和肾小管。每个肾脏约有 100 多万个肾单位。肾小体由肾小球和肾小囊组成。肾小管是细长迂回的上皮性管道。通常分为三段：第一段与肾小囊相连，称近端小管，依其走行的曲直，又有曲部和直部之分；第二段称为细段，管径细，管壁