

肾脏呵护 知多少

姚源璋 主 编

shenzang hehu zhiduoshao

知 識 出 版 社

肾脏呵护知多少

名誉主编:朱 佳

主 编:姚源璋

副主编:高卫平

编 委:(按姓氏笔画顺序)

方立明 冯淑琴 刘建璟

陈 浩 陈 敏 胡 泳

姚源璋 高卫平 龚觉晓

谢圣芳

知识出版社

总编辑:徐惟诚 社长:田胜立

图书在版编目(CIP)数据

肾脏呵护知多少/姚源璋编.-北京:知识出版社,2006.3
ISBN 7-5015-4621-5

I.肾... II.姚... III.肾疾病—防治—问答
IV.R692-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 011465 号

责任编辑:姚树军

封面设计:高原

责任印制:连毅

知识出版社出版发行

(北京阜成门北大街 17 号 邮政编码:100037 电话:010-88390782)

北京东海印刷有限公司印刷

开本:880×1230 1/32 印张:5.125 字数:100 千字

2006 年 3 月第 1 版 2006 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 7-5015-4621-5

定价:8.80 元

内容提要

本书是一册有关肾脏保健和肾病知识的科普读物。全书共有原发性和继发性肾脏疾病、肾脏疾病临床表现、肾脏疾病治疗、血液透析、肾脏疾病护理、肾脏疾病饮食六部分。书中以问答形式介绍了在临床中患者比较关心的各种肾脏病的概念、治疗、护理、饮食等方面的知识。在行文中,作者力求深入浅出、观点准确,能给读者以恰当的提示和有益的启发。

前 言

在肾病门诊及病房,不断会有患者问及各种肾脏病的病因、预后、饮食调养、各种治疗方法等相关问题。我与科室同事们讨论后,大家都认为应有一本系统、简明、易懂的科普读物呈送给广大患者。于是,我们科室——江苏省中西医结合医院肾内科在自己多年工作经验基础上,结合当代中西医学对肾脏疾病的研究成果编写了这本小册子。

肾脏病是一大类临床常见、难治性疾病,尽管近 20 年来医学界对肾脏病的认识、治疗手段都有了较大进步,但绝大部分肾脏病目前仍难以根治。因此,如何保护已患病的肾脏,如何提高肾脏病患者生活质量,针对各种肾脏病如何进行饮食调理,肾脏病该如何合理用药成了各位肾脏病患者最为关心的问题。这本书将从各种肾病的概念、各种肾病的表现以及治疗、护理、饮食几个方面回答了这些问题。对这些问题的解答主要是基于我们的临床经验、体会,另外尽可能地采取目前肾病学界公认的观点。尽管如此,由于在医学界,对同一问题不同的研究也有不尽相同的结论,所以在本书中涉及到对同一问题的不同见解时,在不至于引起误解的前提下予以了保留,以给读者完备的知识。

本书由我和我科同事共同严谨认真地完成。虽然我们务求精确适用,本书也难免有不到位之处,恳请各位读者给予我们批评指正,以便今后有更符合读者要求的医学知识类读物奉献给大家。

姚源璋

2005 年 11 月 16 日

目 录

前言.....	1
---------	---

一、原发性和继发性肾脏疾病

1. 什么是急性肾小球肾炎?	1
2. 急性肾炎有哪些并发症?	2
3. 如何预防急性肾小球肾炎?	3
4. 肾炎病人可以摘除扁桃体吗?	3
5. 急性肾炎必须忌盐 100 天吗?	3
6. 什么是急进性肾小球肾炎?	4
7. 什么是隐匿性肾小球肾炎?	5
8. 什么是肾病综合征?	6
9. 什么是 IgA 肾病?	7
10. 什么是慢性肾小球肾炎?	8
11. 慢性肾炎的预后如何?	9
12. 引起慢性肾炎急性加重的原因有哪些?	10
13. 慢性肾炎的活动指标有哪些?	10
14. 肾炎病人不能食用蛋白质吗?	11
15. 慢性肾炎肾功能衰竭有哪些可逆因素?	12
16. 什么是慢性肾功能衰竭?	12

17. 什么是尿毒症毒素?	13
18. 什么是尿路感染?	13
19. 尿路感染的感染途径是什么?	14
20. 尿路感染的易感因素有哪些?	14
21. 何谓尿路感染的诊断?	15
22. 尿路感染的抗菌药物及其选用原则是什么?	16
23. 尿路感染治疗原则是什么?	17
24. 什么是急性肾盂肾炎?	17
25. 急性肾盂肾炎的临床表现是什么?	18
26. 什么是慢性肾盂肾炎?	18
27. 如何预防慢性肾盂肾炎?	19
28. 肾盂肾炎的病人为什么有时症状重而无 细菌尿?	19
29. 肾盂肾炎的易感因素有哪些?	20
30. 什么是急性间质性肾炎?	20
31. 什么是慢性间质性肾炎?	21
32. 什么是特发性间质性肾炎?	22
33. 什么是肾结石?	22
34. 什么是肾结核?	23
35. 什么是继发性肾小球疾病?	24
36. 什么是放射性肾病?	24
37. 什么是肾性糖尿?	24
38. 什么是氨基酸尿?	25
39. 什么是肾性尿崩症?	25
40. 什么是 Bartter 综合征?	25

41. 什么是 Liddle 综合征?	26
42. 什么是假性甲状旁腺功能减退?	26
43. 什么是肾小管性酸中毒?	26
44. 什么是范可尼综合征?	27
45. 什么是非特异性细菌尿路感染?	27
46. 什么是尿路寄生虫病?	27
47. 什么是尿路真菌病?	28
48. 什么是性传播尿道感染性疾病?	28
49. 什么是膀胱输尿管返流?	28
50. 肾肿瘤有哪些特点?	29
51. 什么是急性肾功能衰竭?	29
52. 引起急性肾功能衰竭的病因有哪些?	29
53. 急性肾功能衰竭的发病机理是什么?	29
54. 急性肾功能衰竭诊断要点有哪些?	30
55. 什么是特殊性急性肾功能衰竭?	31
56. 什么是药物肾损害?	32
57. 药物引起的肾损害有哪些表现?	32
58. 引起肾脏损害的常用药物有哪些?	33
59. 什么是糖尿病肾病?	33
60. 糖尿病肾病的临床分期及特点是什么?	34
61. 如何诊断糖尿病肾病?	35
62. 糖尿病肾病的预后如何?	36
63. 如何预防糖尿病肾病?	36
64. 针对糖尿病肾病该如何控制血糖?	38
65. 什么是系统性红斑狼疮性肾炎?	40

66. 狼疮性肾炎的临床表现是什么？	40
67. 狼疮性肾炎的活动性指标是什么？	41
68. 什么是系统性血管炎？	41
69. 系统性血管炎肾损害的临床表现是什么？	41
70. 系统性血管炎肾损害的治疗方法是什么？	42
71. 什么是类风湿性关节炎？	42
72. 类风湿性关节炎肾损害的临床表现有哪些？	42
73. 如何治疗类风湿性关节炎肾损害？	43
74. 什么是干燥综合征？	43
75. 干燥综合征肾损害的临床表现有哪些？	43
76. 如何诊断干燥综合征肾损害？	44
77. 如何对干燥综合征肾损害进行治疗？	44
78. 进行性系统性硬化症的定义是什么？	45
79. 硬皮病肾损害有哪些临床特点？	45
80. 如何诊断硬皮病肾损害？	45
81. 如何治疗硬皮病肾损害？	45
82. 急性肺出血—肾炎综合征的定义是什么？	46
83. 急性肺出血—肾炎综合征的临床表现有哪些？	46
84. 如何治疗急性肺出血—肾炎综合征？	47
85. 什么是肾淀粉样变性病？	48
86. 肾淀粉样变性病如何诊断？	48
87. 高尿酸性肾病的定义是什么？	48
88. 高尿酸性肾病的临床特点有哪些？	49
89. 如何诊断高尿酸性肾病？	50
90. 低钾血症的原因是什么？	50

91. 什么是低钾性肾病?	51
92. 如何治疗低钾性肾病?	51
93. 过敏性紫癜性肾炎的定义是什么?	52
94. 紫癜性肾炎如何预后?	52
95. 什么是多发性骨髓瘤肾损害?	53
96. 多发性骨髓瘤肾损害有哪些临床表现?	53
97. 多发性骨髓瘤肾损害的尿液检测有哪些特点?	54
98. 如何治疗多发性骨髓瘤肾损害?	55
99. 什么是溶血性尿毒症综合征?	56
100. 溶血性尿毒症综合征有哪些临床表现?	56
101. 如何治疗溶血性尿毒症综合征?	56
102. 什么是血栓性血小板减少性紫癜肾脏损害?	56
103. 什么是高血压?	57
104. 什么是高血压肾脏损害?	57
105. 高血压肾脏损害的临床表现是什么?	58
106. 如何诊断高血压肾脏损害?	58
107. 如何治疗高血压肾脏损害?	59
108. 什么是感染性心内膜炎肾损害?	60
109. 感染性心内膜炎肾损害的临床表现是什么?	60
110. 如何治疗感染性心内膜炎肾损害?	60
111. 什么是心力衰竭肾损害?	61
112. 心力衰竭肾损害的临床表现是什么?	61
113. 如何治疗心力衰竭肾损害?	61
114. 什么是肝肾综合征?	62
115. 肝肾综合征的临床表现如何?	62

116. 如何预防及治疗肝肾综合征？	62
117. 什么是 ANCA？	63
118. 什么是 Alport 综合征？	63
119. Alport 综合征的治疗及其预后如何？	64
120. 中医所称的“淋病”是什么？	64
121. 中医如何认识肾性水肿的发病机理？	65
122. 中医如何认识蛋白尿的产生机理？	65
123. 中医所称的“尿血”是什么？	65
124. 中医如何认识尿血的发病机理？	65

二、肾脏病临床表现

125. 蛋白尿的表现是什么？	67
126. 如何判断蛋白尿是功能性的还是病理性的？	68
127. 什么是血尿？	68
128. 什么是肾实质性血尿？	68
129. 发现血尿后该怎么办？	69
130. 腰痛就是有“腰子病”了吗？	69
131. 什么是肾绞痛？	70
132. 浮肿是不是得了肾炎？	70
133. “肾炎”引起的浮肿有哪些特点？	70
134. 什么是肾性贫血？	70
135. 什么是多尿、少尿？什么是尿量异常？	71
136. 什么是肾性高血压？	71
137. 什么是氨味？	72
138. 什么是尿路刺激征？	72

139. 为什么有的人小便发白?	72
140. 发现尿液浑浊怎么办?	73
141. 肾衰的症状有哪些?	73
142. 正常的肾脏在 B 超下的表现是什么?	73
143. 什么是异常的肾脏 B 超表现?	73
144. 为什么有时查 B 超要憋尿?	73
145. 怎样看懂小便常规的化验单?	74
146. 肾功能的正常值范围是多少?	75
147. 肾功能值在正常范围就代表肾功能没有 受损吗?	76
148. 什么是电解质? 为何肾脏病要查电解质?	76
149. 肾脏病的常见检查有哪些?	76
150. 为什么要摄 X 光片或造影?	77
151. 为什么要做肾穿刺活检?	77
152. 哪些情况要做电子计算机断层(CT)或 磁共振(MRI)?	77
153. 什么是 ECT? 肾脏 ECT 检查有什么意义?	78

三、肾脏疾病治疗

154. 肾脏病人一般需要注意什么?	79
155. 肾脏病使用激素治疗后可能出现哪些副作用?	79
156. 肾脏病人是否需要限制水摄入?	80
157. 肾脏病人是否需要限制钠摄入?	80
158. 为什么肾脏疾病治疗的时间长?	80
159. 肾病患者应该如何运动和工作?	81

160. 如何治疗急性肾炎? 81
161. 急性肾炎病人怎样进行抗感染治疗? 81
162. 急性肾炎病人是否需要降压治疗? 82
163. 中医如何治疗急性肾炎? 82
164. 急性肾炎会变成慢性肾炎吗? 82
165. 怎样治疗慢性肾炎? 82
166. 慢性肾炎控制血压的原因和标准
 是什么? 83
167. 慢性肾炎的预后如何? 83
168. 抗凝治疗适用于哪些肾炎病人? 83
169. 怎样治疗肾病综合征? 83
170. 怎样治疗急性肾炎? 84
171. 怎样治疗狼疮性肾炎? 84
172. 怎样治疗过敏性紫癜性肾炎? 85
173. 怎样治疗糖尿病肾病? 86
174. 怎样治疗尿酸性肾病? 86
175. 隐匿性肾炎需要治疗吗? 87
176. 怎样治疗急性肾盂肾炎? 87
177. 怎样避免急性肾盂肾炎反复发作? 87
178. 哪些因素可加重慢性肾衰? 88
179. 慢性肾衰时如何应用人参? 88
180. 慢性肾衰病人应补充哪些维生素和微量元素? 89
181. 慢性肾衰病人是否可以吃豆类食品? 89
182. 慢性肾衰怎样保护残存肾功能? 89
183. 慢性肾衰用药应注意什么? 89

184. 怎样治疗慢性肾衰贫血?	90
185. 怎样控制慢性肾衰高血压?	90
186. 慢性肾衰病人应在何时开始替代治疗?	90
187. 常见肾毒性药物有哪些?	91
188. 慢性肾功能不全非透析病人的一体化治疗 是什么?	91
189. 如何预防肾结石发生?	92

四、血液透析

190. 什么叫血液透析?	93
191. 什么叫血液透析血管通路?	93
192. 如何决定何时开始针对终末期肾衰 (尿毒症)进行治疗?	94
193. 如何了解患者的残余肾功能?	95
194. 血液透析为病人执行的 4 项功能是什么?	95
195. 血液透析(血透)患者如何营养?	96
196. 血透患者如何控制水分摄入?	97
197. 透析患者如何运动?	97
198. 如何预防骨病?	98
199. 如何解决长期血透造成的肾性骨病?	98
200. 开始透析的患者还需要控制饮食吗?	99
201. 什么是腹膜透析?	99
202. 血液透析充分性的标准是什么?	100
203. 怎样治疗长期血液透析患者的皮肤瘙痒?	100
204. 血液透析过程中出现低血压的原因有哪些?	101

205. 血液透析过程中出现肌肉痉挛该怎样处理? 101
206. 什么叫血液透析患者微炎症状态? 102
207. 微炎症状态该如何治疗? 103

五、肾脏疾病护理

208. 对肾脏病患者进行护理应注意哪些方面? 104
209. 肾脏病护理常规有哪些? 105
210. 对肾病患者高度水肿该如何护理? 106
211. 肾功能不全患者如何保护肾脏? 107
212. 肾病综合征患者如何补钾? 108
213. 肾病综合征患者应用激素时要注意什么? 108
214. 肾病综合征患者怎样防止病情反复? 109
215. 怎样避免肾盂肾炎反复发作? 109
216. 慢性肾炎患者的家庭康复护理有哪些? 110
217. 紫癜性肾炎服用激素时要注意什么? 111
218. 肾脏病患者定期做尿液检查有什么好处? 112
219. 血液透析病人的家庭护理应注意哪些方面? 113
220. 慢性肾衰病人出现抽搐怎么办? 115
221. 尿毒症患者出现心衰时如何护理? 115
222. 慢性肾衰竭患者如何做皮肤护理? 116
223. 如何正确护理动、静脉内瘘? 116
224. 肾脏病患者的生活保健要注意什么? 117
225. 肾脏病患者应如何调养情志? 118
226. 为什么肾病患者要戒烟酒? 119
227. 肾脏病的中医调养措施有哪些? 119

228. 肾脏病的预防措施有哪些？	121
229. 为什么感冒后要防肾小球肾炎？	122
230. 肾脏病患者应如何预防感冒和流感？	123
231. 如何预防和护理慢性肾衰？	124

六、肾脏疾病饮食

232. 肾脏病人有哪些饮食须知？	125
233. 肾脏病的合理饮食是什么？	126
234. 慢性肾炎患者的饮食原则是什么？	128
235. 慢性肾衰病人饮食上存在哪些误区？	128
236. 慢性肾衰竭病人日常饮食须知有哪些？	131
237. 肾病综合征的饮食治疗原则是什么？	133
238. 慢性肾炎的营养治疗原则是什么？	135
239. 急性肾炎的营养治疗原则是什么？	136
240. 对急性肾衰如何进行饮食治疗？	138
241. 人体的营养需要是什么？	139

附 录

本书相关术语简释	147
----------	-----

一、原发性和继发性肾脏疾病

1. 什么是急性肾小球肾炎?

急性肾小球肾炎简称急性肾炎,由感染引起自体免疫反应所致。致病菌主要是乙型溶血性链球菌,还可由肺炎球菌、流感杆菌、疟原虫和病毒感染导致该病(如乙肝病毒感染)。

(1) 临床表现

本病多发于儿童及青少年,男多于女。常见表现如下:

- ①水肿,先从眼睑开始,逐渐蔓延至全身甚至出现胸、腹水;
- ②血压升高;
- ③血尿,尿液多呈洗肉水样,并伴有蛋白尿、管型尿;
- ④大多有不同程度的肾功能损害,以肾小球滤过率改变最为明显。

(2) 治疗

急性肾炎从发病起的最初 2 周内患者应卧床休息,待病情明显改善后逐渐起床活动,一般性休息不要少于 2 个月;饮食一般给予动物蛋白、能够提供足够热量和含维生素丰富的食物;根据水肿程度给以低盐或无盐饮食,严重水肿者需限制其水的摄入量,呕吐不能进食者应静脉补液和止吐;水肿或少尿者应选用利尿剂,血压