

《自己就是最好的医生》

系列丛书

肾脏病

Shenzangbing Zijikan

自己看

〔书名的由来〕

很多病人或家属常会遇到这样的情况，看病时总想和医师详细地了解自己的病情，

为什么我会得病？为什么吃药效果不好？为什么……

医生常因工作繁忙，不可能一一详细回答。

本书就是针对这样一个问题，编写成书。回答了患者最想知道的问题，最需要解决的问题。使读者做到遇到问题心中有数，并能根据书中的解答，解决了您实际中遇到的困难，应用自如，故丛书名叫“自己就是最好的医生。”

全丛书体现了“实用性”“科普性”“大众性”“趣味性”

总主编 彭东长 刘谦民

主 编 王群元



山西出版集团
山西科学技术出版社

《自己就是最好的医生》
系列丛书

肾脏病

主 编 王群元

副主编 王与章 武利军

编 委 (按姓氏笔画)

王群元 王与章 王宇洁 刘 清 李勇霞

武利军 柳文晶 郭树锋 程艳峰 彭翠英



Shenzangbing Zìjǐ kàn

山西出版集团
山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

肾脏病自己看 / 王群元主编. — 太原: 山西科学技术出版社, 2010.3

(自己就是最好的医生系列丛书)

ISBN 978-7-5377-3583-4

I. 肾… II. 王… III. 肾疾病 - 诊疗 IV. R692

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 023430 号

肾脏病自己看

主 编: 王群元

出版发行: 山西科学技术出版社

社 址: 太原市建设南路 21 号

编辑部电话: 0351-4922073

发行部电话: 0351-4922121

电子信箱: cbszzc 2643@sina.com

印 刷: 太原德胜华印业有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 241 千字

印 张: 15.75

印 数: 3000 册

版 次: 2010 年 3 月第 1 版

印 次: 2010 年 3 月太原第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5377-3583-4

定 价: 29.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。

一个健康的身体对我们来说是非常重要的。不论人的身份、地位如何，贫富差距多大，都无疑要与疾病抗争。拥有金钱不如拥有健康就从侧面说明了健康的重要性和在生活中的地位。如果没有健康的身体，即使生活再优裕，工作再顺心，也无幸福可言。

随着科学技术的发展，人们的健康保健意识不断增强，大病去医院，小病自己看已成为大多数人的选择。为了帮助人们更好的了解医学知识，我们选取了一些常见病和难治病，编撰了《自己就是最好的医生系列丛书》。本丛书共 8 个分册，对常见病的基础知识，主要表现，常用检查，诊断和鉴别，治疗方法，自我保健，饮食治疗，常用药物，以及常用的偏方验方等方面以问答的形式进行了解答，目的是帮助患者较为全面地了解这些病的知识，更好的预防和保健，使病情恢复更快，病人生活的更为幸福。

本丛书的作者均为长期工作在临床一线的各个学科的专家，他们对所撰写的疾病均有丰富的诊治经验。本丛书的编写过程历时 2 年有余，为保证丛书的通俗性、实用性和准确性，大家都几易其稿，反复修改，期望能对患者的康复有所帮助。医学是一门涉及生理、心理、营养、药理等多学科的科学，随着这些学科的发展和进步，本丛书出版后肯定有一些内容和方法落伍或不妥，恳请广大读者批评指正。

本丛书在编写过程中的到了解放军 264 医院各级领导的大力支持，在此一并表示感谢。

《自己就是最好的医生系列丛书》编委会名单

总 主 编：彭东长 刘谦民

总 策 划：赵志春

副 主 编：崔士德 刘建平 杨立宇 郭红梅 王韦韦 崔树萍

编 委：王与章 王韦韦 王群元 朱青峰 崔士德 刘永兰
刘建平 刘谦民 杨立宇 续力民 翟守恒 彭东长
武利军 邢林山 郭红梅 宋一雪

编写人员：(以姓氏笔画为序)

王与章	王韦韦	王凤伟	王 宇	王宇洁	王旭东
王存和	王国芳	王彦霞	王 辉	王群元	王慧峰
边世春	白守明	刘永兰	刘建平	刘 清	刘谦民
孙丽芳	孙振军	朱青峰	朱海澎	连 坡	吕继宏
吕双梅	任辉辉	李明明	李 飒	李勇霞	李 鹏
李改兰	宋一雪	余丽娟	阴怀旺	陈其绪	官敬涛
佟秋艳	邢林山	吴惠珍	武利军	武海明	杨立宇
周文燕	周志国	岳 莉	张玲莉	唐 勇	项 毅
胡祖平	贺敬平	柳文晶	禹书宝	倪文杰	段淑琴
高 伟	原艳明	栗 彤	崔士德	崔树萍	续力民
郭红梅	郭英萍	郭树锋	郭晓晶	黄晓娟	彭东长
彭翠英	谢荣堂	韩二鹏	程艳峰	翟守恒	

学术秘书：贾海生 武宗理 刘文清

一、肾脏病的基础知识

1. 肾脏是管什么的？	1
2. 什么是肾的间质？	1
3. 什么是蛋白尿？	2
4. 正常人尿中有蛋白质吗？	2
5. 出现了蛋白尿是不是一定患了肾病？	2
6. 蛋白尿是怎么来的？	3
7. 尿蛋白与肾脏病预后的关系？	3
8. 肾虚是什么意思？	4
9. 肾虚怕不怕？	4
10. 肾虚是肾炎吗？	4
11. 腰痛是肾虚吗？	4
12. 肾虚之人，易患流感吗？	5
13. 肾脏会得哪些病？是如何分类的？	5
14. 肾脏病的浮肿有哪些特点？	6
15. 排尿异常包括哪些情况？	6
16. 高血压是如何进行分类的？	7
17. 多囊肾和肾多发囊肿是一回事吗？	7
18. 肾脏疾病常见综合征有哪些？	8
19. 原发性肾小球疾病的分型有哪些？	8
20. 您的肾健康吗？	8
21. 体形对肾脏有影响吗？	8
22. 肾病也有性别“歧视”？	9
23. 肾小球肾炎为什么会出现血尿、蛋白尿？	9
24. 急性肾炎“急”吗？	10
25. 急性肾炎是怎样引起的？	10



CONTENTS

目 录
CONTENTS

26. 急性肾炎并发症有哪些?	10
27. 急性肾小球肾炎能好吗?	11
28. 急性肾炎与急性肾盂肾炎有何区别?	12
29. “嗓子疼”与肾炎复发有关吗?	12
30. 什么是慢性肾炎?	12
31. 谁是慢性肾炎的“罪魁祸首”?	13
32. 急性肾炎与慢性肾炎有何区别?	13
33. 您有慢性肾炎吗?	13
34. 慢性肾炎分哪几类?	14
35. 慢性肾炎按病理分哪几类?	14
36. 慢性肾炎能好吗?	15
37. 慢性肾炎患者可以怀孕吗?	15
38. 得了肾炎会遗传给下一代吗?	16
39. 患慢性肾炎的孕妇在什么情况下中止妊娠?	16
40. 慢性肾炎有哪些常识?	17
41. “网虫”易患肾炎吗?	17
42. 肾病综合征是什么病?	17
43. 肾病综合征是怎么得的?	18
44. 难治性肾病真的“难治”吗?	19
45. 膜性肾病能好吗?	19
46. IgA 肾病发病率如何?	20
47. IgA 肾病能好吗?	20
48. 得了肾病的小孩为什么要吃钙片?	20
49. 乙肝病毒相关性肾炎是怎么回事?	21
50. 白血病可以引起肾损害吗?	21
51. 艾滋病能引起肾脏病变吗?	22
52. 放射性肾病有哪些特点?	22
53. 多发性骨髓瘤引起的肾脏病变有什么特点?	22
54. 尿酸性肾病的发病机制是什么?	23

55. 肾脏先天性发育异常有哪些类型?	23
56. 哪些原因可以引起肾下垂, 如何诊治?	24
57. 男性得了肾病综合征与包皮过长有关吗?	24
58. 什么是泌尿系感染?	25
59. 泌尿系感染是怎么得的?	25
60. 在日常生活中如何防止泌尿系感染?	25
61. 什么是肾盂肾炎?	26
62. 肾盂肾炎的“元凶”是谁?	27
63. 隐匿性肾炎能治好吗?	27
64. 隐匿性肾炎容易隐匿在哪些病背后?	28
65. 得了肾病的人还容易得哪些病?	28
66. 得了肾病的人容易被误诊为哪些病?	29
67. 得肾病易伤身吗?	29
68. 切断肾损害的 12 条途径是啥?	30
69. 保护您的肾脏从哪些方面入手?	32
70. 患高血压后用什么办法保护肾脏?	36
71. 什么是急性肾衰竭?	36
72. 什么原因造成“急性肾衰竭”?	36
73. 肾脏排泄些什么物质?	37
74. 什么是尿素氮?	38
75. 尿素氮高是哪里出了毛病?	38
76. 谁是慢性肾功能衰竭的“元凶”?	38
77. 慢性肾衰竭是“不治之症”吗?	39
78. 肾炎能引起慢性肾衰竭吗?	39
79. 遗传性肾炎会造成肾功能衰竭吗?	39
80. 得了肾病后如何避免发展成“肾衰竭”?	40
81. 慢性肾炎病人怎样防止肾功能恶化?	40
82. 慢性肾炎患者如何保护残存的肾单位?	41
83. 什么是尿毒症(慢性肾功能衰竭终末期)?	41



CONTENTS

目录

CONTENTS

84. 引起尿毒症的常见原因有哪些？	42
85. 尿毒症会遗传吗？	43
86. 尿毒症到底有多严重？	43
87. 尿毒症是绝症吗？	44
88. 尿毒症患者贫血是怎么回事？	44
89. 什么是尿毒症脑病，患了尿毒症脑病怎么办？	45
90. 什么是透析患者干体重？	45
91. 透析过程中掉血压是怎么回事？	45
92. 透析过程中血压高是怎么回事？	46
93. 透析过程中腿抽筋是怎么回事？	46
94. 血透病人皮肤瘙痒的原因？	46
95. 肾移植前都要摘除病肾吗？	47
96. 冬虫夏草治疗慢性肾衰的机理是什么？	47
97. 什么是慢性肾脏病？慢性肾脏病和慢性肾功能衰竭有什么不同？	48
98. 慢性肾功能衰竭的传统临床分期是怎样的？	49
99. 肾脏的内分泌功能指的是什么？	49
100. 肾脏肿瘤是如何进行分类的？	50

二、肾脏病的主要表现

1. 肾脏疾病的主要临床症状有哪些？	51
2. 依据尿常规能早期发现肾病吗？	52
3. 通过尿液气味能分辨自己得病了吗？	53
4. 红色尿液都是血尿吗？	53
5. 尿色浑浊是蛋白尿吗？	53
6. 站立还会出现“蛋白尿”吗？	54
7. 腰痛就是“肾脏痛”吗？	54
8. 真的是“男怕穿靴女怕戴帽”吗？	54
9. 肾脏病都会有水肿吗？	55

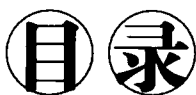
10. 怎样知道自己得了“急性肾炎”？	55
11. 怎样知道自己得了“慢性肾炎”？	55
12. 慢性肾炎患者的尿液有何改变？	56
13. 中青年人为何要警惕“膜性肾病”？	56
14. 隐匿性肾炎是不易被察觉吗？	56
15. IgA 肾病一般有哪几种表现？该病分几种类型	57
16. 泌尿系感染患者都有症状吗，泌尿系感染常有什么症状？ ...	58
17. 怎样知道得了“急性肾盂肾炎”？	58
18. 怎样知道得了“慢性肾盂肾炎”？	58
19. 怎样知道得了“肾病综合征”？	59
20. 药物引起的“肾损害”有哪些表现？	59
21. “急性肾衰竭”有哪些表现？	60
22. “尿毒症”有哪些症状？	61
23. 恶心、呕吐、全身乏力就是尿毒症吗？	61
24. 尿毒症病人呕血、流鼻血是怎么回事？	62
25. 腹膜透析的并发症主要有哪些？发生原因是什么	62
26. 为什么腹膜透析患者最容易发生腹膜炎，出现什么症状就是并发了腹膜炎？	62

三、肾脏病常用检查

1. 正常人尿液是怎样变化的？	64
2. 为什么“尿色”会改变？	64
3. 教你学会看“尿常规”？	65
4. 肾脏病病人都必须做尿常规检查吗？	66
5. 收集尿液为什么晨尿好，怎样留好“尿样儿”？	66
6. 医生是怎样筛查肾脏病的？	66
7. “尿血”是肾炎吗？	67
8. “尿多尿少”是肾脏有毛病吗？	67



CONTENTS



CONTENTS

9. 肾病患者定期“验尿”好吗？	67
10. 慢性肾炎应尽早做哪些检查？	68
11. “管型尿”是啥意思？	69
12. “选择性蛋白尿”是啥意思？	70
13. 蛋白尿定量与肾脏病变部位有关吗？	70
14. 哪种蛋白尿提示得了肾病？	71
15. 急性肾炎化验单有什么特点？	71
16. 血脂高低对肾病综合征患者有什么意义？	71
17. 什么是“内生肌酐清除率”？	72
18. 影响内生肌酐清除率的因素有哪些？	72
19. “肾性糖尿”是什么意思？	73
20. $\beta 2$ -微球蛋白是什么意思？有啥意义？	73
21. 尿毒症病人应定期做哪些检查？	74
22. “尿培养”是培养什么？	74
23. 留尿培养注意啥？	74
24. 尿渗透压与尿比重有什么区别？	75
25. 尿酸化试验是啥意思？	75
26. 什么是同位素肾图？	76
27. 肾图能查出哪些病？	76
28. 肾功能检查正常，肾脏就没病吗？	76
29. B超能查出肾脏病吗？	77
30. 肾脏B超为什么还有立位、坐位和卧位的区别？	77
31. 腹部平片也能查肾病吗？	77
32. 腹部平片检查前应注意哪些？	78
33. 静脉肾盂造影对肾脏有危害吗？	78
34. 哪些人不宜作静脉尿路造影和逆行肾盂造影检查？	78
35. CT检查能发现哪些肾脏疾病？	79
36. 核磁共振能解决肾脏哪些问题？	80
37. 什么是肾活检？	80

38. 为啥要做肾穿刺活检?	81
39. 哪些人应该做肾穿刺活检术?	81
40. 哪些人不宜做肾穿刺活检术?	82
41. 肾穿刺活检病人应注意哪些事项?	83
42. 肾穿刺活检后可能出现的问题?	83
43. 肾活检会加重肾脏损害吗?	84
44. 透析患者应监测哪些指标?	84

四、常见肾脏病的诊断与鉴别

1. 常用肾小球疾病的诊断方法有哪些?	86
2. 肾炎与炎症的关系是怎样的?	87
3. 急性肾炎是怎么回事?	87
4. 急性肾炎并发症有哪些?	88
5. 原发性肾病综合征的诊断标准是什么?	88
6. 肾脏病综合征蛋白尿有什么危害?	89
7. 辨别肾脏病好方法有哪些?	89
8. IgA 肾病如何诊断?	90
9. 小儿 IgA 肾病如何鉴别诊断?	90
10. 为何慢性肾病易被漏诊?	91
11. 你了解“新月体肾小球肾炎”吗?	91
12. 膜性肾小球肾炎如何诊断?	92
13. 什么是微小病变性肾小球肾炎?	93
14. 什么是肾小球硬化?	93
15. 什么是继发性肾小球疾病?	93
16. 高血压肾损害的诊断标准是什么?	93
17. 怎样鉴别高血压肾损害与慢性肾小球肾炎继发高血压? ...	94
18. 高血压肾损害与恶性肾小动脉性肾硬化症如何区别?	94
19. 什么是糖尿病肾病?	94



CONTENTS

目 录
CONTENTS

20. 如何诊断早期糖尿病肾病与临床期糖尿病肾病?	95
21. 诊断狼疮性肾炎的标准是什么?	95
22. 狼疮性肾炎与 IgA 肾病如何鉴别?	96
23. 紫癜性肾炎如何诊断?	96
24. 怎样区别紫癜性肾炎与急性肾小球肾炎?	96
25. 乙型肝炎病毒相关性肾炎如何诊断?	96
26. 泌尿系感染常有什么症状?	97
27. 泌尿系感染患者都有症状吗?	97
28. 尿中白细胞增多就是泌尿系感染吗?	97
29. 什么是慢性泌尿系感染?	98
30. 确定泌尿系感染的化验检查有哪些?	98
31. 泌尿系感染与肾炎、肾结核的区别是什么?	99
32. 哪些人更容易患泌尿系感染?	99
33. 女性更易患尿路感染吗?	99

五、肾脏病的治疗方法

1. 什么是血管紧张素转换酶抑制剂, 其作用机制如何?	101
2. 什么是血管紧张素 II 受体拮抗剂, 其治疗慢性肾脏病的机制如何?	101
3. 利尿剂有哪几类, 其作用机制是什么?	102
4. 急性肾炎应该怎样治疗? 能治愈吗? 应在哪些方面加以注意	103
5. 急进性肾炎的治疗措施有哪些?	103
6. 慢性肾炎应该怎样治疗?	104
7. 慢性肾炎如何消肿?	105
8. 肾炎时怎样选用降压药物?	106
9. 用激素能治好肾病吗?	107
10. 糖皮质激素治疗肾脏病的机制如何?	107
11. 激素常见的副作用有哪些? 如何应对?	108
12. “原发性肾病综合征” 如何使用激素?	109

13. 肾炎病人都能用激素吗?	110
14. 肾病综合征病人怎样使用环磷酰胺?	110
15. “环磷酰胺”这把刀是个双面刃吗?	110
16. 肾炎能用“激素和细胞毒性药物”治疗吗?	111
17. “原发性肾病综合征”能用消炎痛吗?	112
18. 无症状血尿或蛋白尿的患者应如何处理?	112
20. 中医中药是如何治疗“IgA 肾病”的?	113
21. 乙肝病毒相关性肾炎如何治疗, 预后怎样?	114
22. 如何运用雷公藤多甙治疗肾病?	114
23. 雷公藤多甙是“细胞毒性”药物吗?	115
24. 怎样对付“雷公藤”的毒副作用?	115
25. 常见的“肾毒性药物”有哪些?	115
26. 药物引起的肾损害怎样治疗?	116
27. “吃胎盘”能治肾炎吗?	117
28. 人到 40 多岁就夜尿增多是肾虚表现吗? 是否该开始补肾?	117
29. 怎样治疗“膜性肾病”?	118
30. “四联疗法”具体是咋回事?	118
31. “四联疗法”好在哪?	119
32. 什么叫“冲击疗法”?	119
33. “冲击疗法”有哪些好处和坏处?	119
34. 中草药会引起肾损害吗? 如何“防患于未然”?	120
35. 哪些草药具有肾毒性?	120
36. 慢性肾衰竭时单用中药好吗?	121
37. “肾衰竭”时如何选药?	121
38. 治疗“肾性贫血”有特效药吗?	122
39. 肾性贫血病人怎样使用“促红素”?	122
40. 使用“促红素”有何技巧?	122
41. “促红素”有什么副作用?	123
42. 尿毒症患者贫血怎么办?	123



CONTENTS

目 录
CONTENTS

43. “洗肾”是怎么回事? 123

44. 尿毒症有哪些替代治疗方法? 123

45. 什么是连续性肾脏替代治疗? 124

46. 血液透析的原理是什么? 125

47. 什么是失衡综合征, 怎么预防? 125

48. 血液滤过和血液透析一样吗? 125

49. 血液透析滤过又是怎么回事? 126

50. 选择哪种“血液净化”方法好? 126

51. “血液净化治疗”时机如何把握? 127

52. “早期透析”很重要吗? 127

53. 血液透析病人为啥要“造瘘”? 127

54. 血液透析可能出现哪些问题? 128

55. 血透患者还能重新工作吗? 128

56. 血透病人止渴有“妙招儿”吗? 129

57. 哪些病人适用于“血液透析”? 129

58. “血液透析”一周几次好? 130

59. 血透患者应该关注什么? 130

60. 血液透析为什么要用肝素, 普通肝素和低分子肝素有什么区别? 131

61. 什么叫腹膜透析? 131

62. “腹膜透析”伴随症状有哪些? 132

63. 腹膜透析病人蛋白质、氨基酸和维生素有何变化? 132

64. 如何做好腹膜透析病人的“支持疗法”? 133

65. 透析患者为什么需要补充左旋肉碱制剂? 133

66. “尿毒症”的可逆因素有哪些? 133

67. 患了“尿毒症性脑病”怎么办? 134

68. “甲旁亢”是怎么回事, 如何治疗? 134

69. 高血磷有危害吗? 135

70. 高血磷怎么办? 135

71. 血钙越高越好吗? 135

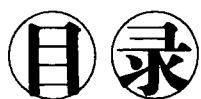
72. 尿毒症患者皮肤瘙痒怎么办?	136
73. 肾移植前都要摘除病肾吗?	136
74. 肾移植是不是尿毒症最好的治疗方法?	136
75. 肾移植与血液透析哪个费用高?	137
76. 肾移植术后对患者进行哪些方面的监护?	137

六、肾脏病的自我保健

1. 病人服药时喝什么水好?	138
2. 为什么不能用牛奶服药?	138
3. 为什么要按时服药?	139
4. 为什么站着服药好?	140
5. 怎么煎中药?	140
6. “吃错药了”怎么办?	141
7. 药物过敏是怎么回事?	142
8. 胶囊为什么不可打开服用?	143
9. 哪些药物不能突然停药?	143
10. 怎样识别变质药品?	144
11. 哪些药容易引起尿液变色?	145
12. 药物的慎用、忌用、禁用有何不同?	145
13. 什么会影响药物的治疗效果?	146
14. 哪些药不宜与速尿同服?	147
15. 服中药后有哪些禁忌?	147
16. 中药能否与激素同时服用?	148
17. 药物性肾损害如何防治?	148
18. 为什么药物容易引起肾损害?	149
19. 常用药物对老年肾脏有什么影响?	149
20. 慢性病患者用药要注意什么?	151
21. 肾炎病人应慎服或不能服的西药有哪些?	151



CONTENTS



CONTENTS

22. 肾脏病能预防吗?	151
23. 预防肾病, 从现在开始吗?	153
24. 健康护肾六步法是啥?	154
25. 春天如何养肾?	155
26. 冬季如何养肾?	156
27. 慢性肾炎病人在什么情况下应住院治疗?	156
28. 急性肾盂肾炎在什么情况下应住院治疗?	157
29. 慢性肾盂肾炎在什么情况下应住院治疗?	157
30. 在日常生活中如何防止泌尿系感染?	157
31. 尿路感染病人如何进行自我保健?	158
32. 泌尿系统感染治愈标准是什么?	158
33. 肾病患者“八项注意”是什么?	159
34. 肾小球肾炎病人如何饮食调养?	160
35. 肾炎病人能“饮酒”吗?	161
36. 肾炎病人一定要卧床休息吗?	162
37. 肾炎病人“家属须知”是什么?	163
38. 肾炎患者应怎样观察病情变化?	163
39. 如何调控肾炎病人的高血压?	164
40. 肾病患者使用激素时注意事项有哪些?	165
41. 肾炎病人可以“孕育生命”吗?	165
42. 急性肾炎患者有哪些护理措施?	166
43. 怎样呵护慢性肾炎患者?	166
44. 慢性肾炎病人如何安排起居饮食?	167
45. 慢性肾炎患者的护理措施有哪些?	167
46. 慢性肾炎患者有“性福”生活吗?	168
47. 慢性肾炎患者可做哪些健身运动?	168
48. 慢性肾炎病人能否“走马观花”假日游?	169
49. 慢性肾炎病人外出旅游应具备什么条件?	169
50. “虚性浮肿”饮食应注意什么?	170