

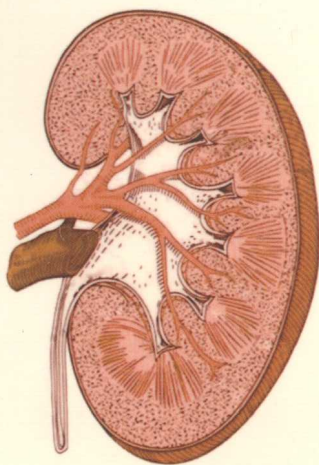
肾脏病防治

百事通

SHENZANGBING
FANGZHI
BAISHITONG

中西医专家共同编写
肾脏病防治200余题

◆ 主 编/余俊文



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

肾内科临床

百事通

SHENNEI KE LIN CHANG
BAI SHI TONG
REN SHI SHI TONG

中国医药出版社
中国医药出版社

主编：李维平



中国医药出版社
CHINA MEDICAL SCIENCE PRESS

肾脏病防治百事通

SHENZANGBING FANGZHI BAISHITONG

主 编 余俊文
编 者 (以姓氏笔画为序)
朱 君 李 婷
余俊文 林碧莹



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

肾脏病防治百事通/余俊文主编. —北京:人民军医出版社,
2009.12

ISBN 978-7-5091-3227-2

I. 肾… II. 余… III. 肾疾病—防治—基本知识 IV. R692

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 203744 号

策划编辑:杨磊石 文字编辑:马 焰 责任审读:吴 然

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927292

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:5.875 字数:141千字

版、印次:2009年12月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:16.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

本书作者针对肾脏病防治的特点和实际需要,结合临床工作中遇到的典型病例,以通俗易懂的语言,深入浅出地阐述了肾脏病防治的基本知识和窍门、方法。内容涉及肾脏解剖与生理功能,肾脏病的诱因、危害、临床症状、检查诊断和各种防治知识,高血压、糖尿病、肝炎、痛风、狼疮、结石等与肾脏病相关的防治知识,慢性肾功能不全和尿毒症患者的饮食、用药、替代治疗与日常生活调理,以及肾移植的相关知识等,共 220 余个问题。这些相关联的知识通过典型病例逐一引出,针对性、指导性强,对普及肾脏病防治知识,提高肾脏病防治水平,具有很好的参考价值。适于肾脏病患者及其家属、基层医护人员和肾脏病防治工作者阅读参考。

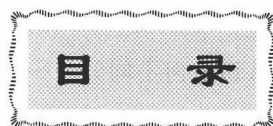
前言

近几年,肾脏病已成为严重影响人类健康的疾病,但却没有受到人们的足够重视,肾脏病的防治正面临严峻挑战。这种挑战主要表现为肾脏病防治具有患病率高、并发心血管疾病率高和死亡率高的“三高”,以及知晓率低、防治率低和并发心血管疾病认知率低的“三低”特点。在临床上,我们常常遇到一些肾脏病患者,首次就诊病情就已进入了尿毒症晚期,错过了最佳治疗时期,造成终身遗憾。最新的数据表明,患肾脏病的人数远超过人们的想象。在发达国家每年诊治的 100 万肾脏病人中,大约 25 万为新增病人。随着糖尿病和高血压发病率的增高,肾脏疾病也在发展中国家快速增长。随着慢性肾脏病的不断进展,发生终末期肾脏病和心血管疾病的危险大大增加。近期临床研究发现,尿毒症患者心血管不良事件及动脉粥样硬化性心血管病比普通人群高近 20 倍。肾脏疾病也增加了心血管疾病的危险性。如果不能早期诊断和治疗,将有 10% 以上的病人发展至终末期肾脏病(尿毒症)。因此,我们必须尽最大努力减少终末期肾脏病的发生,至少应减慢肾脏病发展的进程,对已经进入尿毒症的病人能及时得到最佳的治疗,提高生活质量,减少并发症的发生。

我们在临床工作中遇到不少肾脏病患者,由于缺少有关肾脏病防治方面的知识,不能及时诊治而延误病情;也有些病人患了肾脏病后非常紧张,误听一些不实广告的宣传,而不能得到合理的治疗,导致病情加重或恶化。有鉴于此,我们编写了这本肾脏病防治知识的小册子,告诉广大读者有关肾脏的一些基本常识,慢性肾脏病不同阶段的防治知识和小窍门;对于肾脏病防治中一些相关的常识,我们通过在临床上遇到的一些典型的慢性肾脏病例引出。全书尽可能做到深入浅出,通俗易懂,希望能对人们更好地防治肾脏疾病有所帮助。本书如有不当之处,欢迎读者批评指正。

余俊文

2009年8月16日



“世界肾脏日”我还是第一次听说	(1)
1. 为何要设立“世界肾脏日”?	(1)
2. 为什么说慢性肾脏病防治形势严峻?	(2)
3. 慢性肾脏病发病的现状如何?	(3)
4. 为何要倡议全民参与防治肾脏病?	(4)
5. 什么是慢性肾脏病三级防治?	(4)
6. 慢性肾脏病三级防治有何意义?	(5)
我还有一个肾哪里去了	(6)
1. 肾脏的位置在哪里?	(6)
2. 肾脏的结构是怎样的?	(7)
3. 肾脏是怎么工作的?	(8)
4. 肾脏有些什么作用?	(8)
惨了,我的肾功能不行了	(10)
1. 正常的肾功能是怎样的?	(10)
2. 什么是肾功能下降?	(11)
3. 肾功能下降是如何分期的?	(12)
4. 肾功能的好坏代表性功能吗?	(12)
我都壮得像头牛,为何说我有肾病	(14)
1. 慢性肾脏病为何常常没有临床症状?	(14)
2. 慢性肾脏病的早期信号有哪些?	(15)
3. 肾病的常见病因或诱因有哪些?	(15)
4. 慢性肾脏病有何危害?	(16)
5. 日常生活中应该怎样呵护自己的肾脏?	(17)
肾虚让我六神无主	(18)

1. 肾虚和肾病是同一概念吗?	(18)
2. 中医如何认识肾脏?	(19)
3. 中西医对肾脏的认识有何不同?	(20)
4. 肾亏是怎么回事?	(21)
5. 腰痛一定是肾病吗?	(21)
老婆尿多,我尿少怎么办	(23)
1. 正常的尿量是多少?	(23)
2. 什么是多尿、少尿和无尿?	(24)
3. 什么是夜尿?	(24)
4. 尿液的酸碱度也和肾脏有关吗?	(24)
5. 尿液的比重有何临床意义?	(25)
6. 正常人的尿液中可以有酮体吗?	(25)
尿泡沫带来的苦恼	(27)
1. 什么是蛋白尿?	(27)
2. 正常人尿中可以有蛋白吗?	(28)
3. 哪些病可以出现蛋白尿?	(28)
4. 蛋白尿有什么危害?	(29)
真怪,偶尔红尿但不是血尿	(30)
1. 什么是血尿?	(30)
2. 哪些因素可以引起尿液颜色的改变?	(31)
3. 通过哪些检查可以帮助诊断血尿?	(32)
4. 为什么做肾 B 超要憋尿?	(32)
5. 肾盂静脉造影与腹部 X 线平片检查该如何选择?	(32)
6. 哪些病可以引起血尿?	(33)
明白人的困惑	(34)
1. 什么是尿路感染?	(34)
2. 什么是尿道综合征?	(35)
3. 为什么泌尿系感染偏爱女性?	(36)
4. 什么是反流性肾病?	(36)

5. 泌尿系感染的治疗和预后如何?	(37)
6. 怎样预防泌尿系感染?	(37)
肾上穿个孔,妻子不同意	(38)
1. 得了肾病一定要做肾穿刺吗?	(38)
2. 肾穿刺对人体的伤害有多大?	(39)
3. 哪些人不适宜做肾穿刺?	(39)
4. 肾穿刺后容易出现哪些并发症?	(40)
5. 肾穿刺后应注意什么问题?	(41)
讨厌的感冒,冒犯了我的肾	(42)
1. 感冒也会引起肾病吗?	(42)
2. 为什么儿童容易患急性肾炎?	(43)
3. 肾炎要用抗生素吗?	(43)
4. 牙痛与肾病有关系吗?	(44)
5. 患了肾炎,扁桃体一定要割吗?	(44)
6. 急性肾炎能治愈吗?	(44)
7. 急性肾炎可以预防吗?	(45)
8. 急性肾炎可以转变成慢性肾炎吗?	(45)
真的是没事找事吗	(46)
1. 何为隐匿性肾炎?	(46)
2. 不治疗隐匿性肾炎会有什么后果?	(47)
3. 如何防治隐匿性肾炎?	(47)
4. 慢性肾炎的病理类型有哪些?	(48)
5. 什么是 IgA 肾病?	(48)
6. 如何防治 IgA 肾病? (IgA 肾病患者的注意事项)	(48)
水肿让他苦不堪言	(50)
1. 什么是肾病综合征?	(50)
2. 肾病综合征有些什么病理类型?	(51)
3. 什么是难治性肾病综合征?	(51)
4. 肾病综合征都要用激素治疗吗?	(52)

5. 尿中没有蛋白了还要吃药吗?	(52)
6. 肾病综合征有些什么并发症?	(52)
7. 肾病综合征是否要多输白蛋白?	(53)
8. 肾病综合征能靠单纯吃中药治愈吗?	(53)
9. 肾病综合征的饮食要注意什么?	(54)
年纪轻轻血压高,原来是肾在作怪	(55)
1. 为什么慢性肾炎患者易并发高血压?	(55)
2. 长期的高血压会引起肾病吗?	(56)
3. 肾性高血压和肾血管性高血压有何不同?	(56)
4. 肾性高血压和普通高血压的治疗一样吗?	(57)
5. 为什么我到医院量的血压总比家里高,应该怎样量血 压?	(58)
6. 血压是不是降得越低越好?	(59)
7. 引起血压升高的因素有哪些?	(59)
8. 肾性高血压患者的饮食应注意些什么?	(60)
9. 什么是白色高血压?	(61)
我的肾会不会胀破	(62)
1. 什么是多囊肾?	(62)
2. 多囊肾与肾囊肿有何区别?	(63)
3. 多囊肾的遗传规律是怎样的?	(64)
4. 多囊肾患者需注意什么事项?	(64)
5. 有了肾囊肿该怎么办?	(65)
6. 肾囊肿和肾肿瘤又有什么不同?	(66)
狼疮让我的肾也不得安宁	(67)
1. 什么是狼疮性肾炎?	(67)
2. 狼疮性肾炎有哪些特点?	(68)
3. 狼疮性肾炎应注意什么?	(68)
4. 狼疮性肾炎激素要用多长时间?	(69)
5. 狼疮性肾炎一定要用免疫抑制药吗?	(70)

6. 狼疮性肾炎的患者能不能怀孕?	(71)
7. 紫癜性肾炎和狼疮性肾炎有何不同?	(72)
8. 如何治疗紫癜性肾炎?	(72)
我只是糖尿病,为什么肾出问题	(74)
1. 糖尿病患者为什么容易出现肾损害?	(74)
2. 怎么及早发现糖尿病肾病?	(75)
3. 如何界定糖尿病肾病的分期?	(75)
4. 糖尿病肾病和糖尿病的治疗是一样的吗?	(76)
5. 怎么预防糖尿病肾病的发生?	(77)
6. 糖尿病肾病患者的饮食和起居应注意什么?	(78)
祸不单行,肝炎加上肾病	(80)
1. 什么是乙肝相关性肾炎?	(80)
2. 丙肝也会引起相关性肾炎吗?	(80)
3. 乙肝相关性肾炎的治疗和其他肾炎的治疗有何不同?	(81)
4. 乙肝相关性肾炎该如何调护?	(82)
5. 乙肝相关性肾炎该如何安排饮食?	(82)
6. 什么是肝肾综合征?	(82)
“好吃好喝”害得他一身病	(84)
1. 什么是代谢综合征?	(84)
2. 血脂、血糖和血尿酸之间可以互相影响吗?	(85)
3. 什么是高尿酸血症? 什么是痛风?	(85)
4. 为什么高尿酸血症可以导致痛风?	(86)
5. 什么是痛风性肾病?	(86)
6. 如何防治痛风性肾病?	(87)
7. 高血脂也可引发肾损害吗?	(87)
8. 怎样预防代谢综合征?	(88)
都是“石头”惹的祸	(89)
1. 什么是肾结石?	(89)

2. 肾结石有哪些种类?	(90)
3. 如何防治肾结石?	(91)
4. 肾结石没有任何症状也要治疗吗?	(91)
5. 什么人不适宜做体外碎石?	(92)
6. 体外碎石后应注意什么问题?	(93)
7. 肾结石有什么危害?	(94)
怀孕了,脚肿了,进退两难	(95)
1. 妊娠期易患哪些肾病?	(95)
2. 孕妇患尿路感染能用抗生素吗?	(96)
3. 慢性肾炎患者怀孕了该如何选择?	(97)
4. 流产会加重肾病吗?	(97)
5. 肾病患者怀孕后该注意些什么问题?	(98)
体检查出女儿肾功能下降,妈妈吓坏了	(99)
1. 慢性肾功能不全有些什么临床表现?	(99)
2. 有哪些方法可以评价肾功能? 各有何缺点?	(100)
3. 肾功能下降了还可以恢复吗?	(101)
4. 如何保护肾功能?	(102)
5. 肾功能下降了生活中应注意些什么?	(102)
世上哪里找得到“后悔药”	(104)
1. 常见的诱发或加重肾功能损害的因素有哪些?	(104)
2. 尿毒症有哪些常见的并发症?	(105)
3. 哪些尿毒症的并发症容易导致死亡?	(106)
4. 怎样预防各种并发症的发生?	(106)
5. 慢性肾功能不全的非透析治疗方法有哪些?	(107)
儿子打针后耳朵听不到,肾也打坏了	(108)
1. 什么是药物性肾损害?	(108)
2. 有肾毒性的药物有哪些?	(109)
3. 怎样减少抗生素对肾脏的损害?	(110)
4. 慢性肾功能不全的患者用药时应注意哪些问题? ...	(110)

5. 中草药有没有肾毒性？	(111)
“吃喝拉撒”与防治肾病	(112)
1. 慢性肾功能不全患者的饮食原则是什么？	(112)
2. 慢性肾功能不全患者的生活调摄是什么？	(113)
3. 为什么慢性肾功能不全患者忌吃豆类？	(114)
4. 为什么慢性肾功能不全患者不能摄入过多的蛋白质？	(114)
5. 患有肾病的患者能否以形补形？	(115)
6. 慢性肾功能不全患者为何要保持大便通畅？	(115)
7. 慢性肾功能不全患者是否都能用大黄？	(116)
8. 为什么冬虫夏草对肾功能不全有保健作用？	(116)
9. 补肾中药都有益于肾功能不全患者吗？	(117)
得了尿毒症，活着还有什么意思	(118)
1. 为什么尿毒症让人闻之丧胆？	(118)
2. 尿毒症是绝症吗？	(119)
3. 尿毒症患者接受治疗后的寿命有多长？	(119)
4. 得了尿毒症，面临的是一种怎样的生活？	(119)
5. 血液透析和腹膜透析的费用普通人能承担吗？	(120)
透析患者也有精彩人生	(121)
1. 尿毒症患者应怎样进行自我心理调节？	(121)
2. 医护人员如何跟尿毒症患者沟通？	(122)
3. 家人如何与尿毒症患者沟通？	(122)
透析，我不得不面对的现实	(123)
1. 尿毒症治疗方法的选择	(123)
2. 吃药可以代替透析吗？	(124)
3. 什么是结肠透析？	(124)
4. 什么是吸附疗法？	(125)
5. 什么是血液净化？	(125)
6. 深静脉置管可以留置多长时间？	(126)

7. 如何保护深静脉置管?	(126)
8. 为什么要做动静脉造瘘手术?	(127)
9. 造瘘后应该注意什么?	(127)
“洗肾”“洗肚”我该如何选择	(128)
1. 什么是洗肾? 什么是洗肚?	(128)
2. 血液透析与腹膜透析,哪种方式好?	(129)
3. 晚期糖尿病肾病患者应使用哪种透析方式?	(130)
完善的血液透析方案,让我备感健康	(131)
1. 什么是诱导透析?	(131)
2. 每周的血液透析次数如何确定,是不是间隔越久越好?	(132)
3. 是不是越晚透析越好?	(133)
4. 怎样才算透析充分?	(133)
5. 透析期间的菜谱	(134)
多喝了一点水,害得我这么辛苦	(135)
1. 血液透析的患者为何要控制干体重?	(136)
2. 血液透析的患者对水的摄入应如何控制?	(136)
3. 为什么有些患者血透后会恶心、呕吐、头痛?	(137)
4. 血液透析患者如何防治高磷血症?	(137)
5. 什么是透析骨病?	(137)
6. 血液透析时患者应如何服用降压药和降糖药?	(138)
7. 应用促红素治疗要注意什么问题?	(138)
腹膜透析让我成了医生	(140)
1. 在家做腹膜透析需要准备些什么物品?	(140)
2. 怎么确定每日腹膜透析的次数?	(141)
3. 腹膜透析患者的家庭护理应如何进行?	(142)
4. 怎样加热腹膜透析液?	(142)
5. 腹膜透析患者能不能洗澡?	(142)
6. 腹膜透析患者能不能进行体能锻炼?	(143)

7. 每天超滤出多少水分才合适?	(143)
8. 影响腹透超滤的因素有哪些?	(144)
排出的腹透液变成了洗米水	(145)
1. 腹膜透析有些什么并发症?	(145)
2. 腹膜透析患者如何预防腹膜炎的发生?	(147)
3. 发生腹膜炎后怎么办?	(147)
肾移植,我既期待又害怕	(148)
1. 哪些人适合做肾移植?	(148)
2. 肾移植需做些什么准备?	(150)
3. 肾移植有何利弊?	(151)
4. 有血缘关系的亲属都可以供肾吗?	(152)
5. 肾移植的存活时间有多长?	(152)
6. 肾移植是患者的最佳选择吗?	(153)
为什么吃了抗排斥药,还会有排异反应	(154)
1. 肾移植后有哪些并发症?	(154)
2. 肾移植的排异反应有什么表现?	(155)
3. 怎样预防慢性排异?	(156)
4. 怎样合理使用抗排斥药物?	(156)
5. 移植后易产生的误区有哪些?	(157)
6. 肾移植后应怎样自我调护?	(158)
7. 肾移植后的饮食保健	(158)
不进寺庙的“出家人”	(160)
1. 肾病患者如何吃盐奥妙多	(160)
2. 肾病到底是多喝水还是少喝水好?	(161)
3. 得了肾病还能吃豆制品吗?	(161)
4. 肾病患者是否要远离烟酒?	(161)
5. 进食蛋白质的学问	(162)
医生,有些话我不知如何对你说	(163)
1. 得了红斑狼疮还能结婚吗?	(163)

2. 用药后停经了怎么办?	(164)
3. 性生活, 肾病患者的难言之隐	(164)
4. 开始透析了还能不能要孩子?	(165)
祖传秘方引出的故事	(167)
1. 为什么说慢性肾衰竭患者选择偏方应慎之又慎? ...	(167)
2. 中青年人可以随便补肾吗?	(168)
3. 正确对待肾病防治的广告宣传	(169)
4. 慢性肾病的治疗贵在坚持	(169)
不用吃药胜似吃药	(170)
1. 亲情是治疗慢性肾病的良方	(171)
2. 和谐的人际交往有助于肾病的康复	(171)
3. 从事力所能及的工作能增强生活的信心	(171)
4. 乐观豁达的心态是战胜疾病的法宝	(172)