

家庭保健丛书

肾脏疾病 保健问答

C

□王永泰/田林红/韦洸 ● 编著

JIAJING BAOJIAN CONGSHU



甘肃科学技术出版社

家庭保健丛书

97
R692
17
2:C

肾脏疾病保健问答

王永泰 田林红 韦 洮 编著

XA283/10



3 0092 0078 7

甘肃科学技术出版社



C

259380

家庭保健丛书

编委会

策 划：王郁明
主 编：刘文钦
副 主 编：毕 伟
编 委：李卫平 梁西民
宋 丽

肾脏疾病保健问答

家庭保健丛书

王永泰 田林红 韦 洸 编著

甘肃科学技术出版社出版

(兰州市第一新村 81 号)

甘肃省新华书店发行

甘肃省标准计量情报研究所印刷厂印刷

开本 787 毫米×1092 毫米 1/32 印张 4.875 字数 96 000

1996 年 7 月第 1 版 1996 年 7 月第 1 次印刷

印数：1—3 150

ISBN 7-5424-0602-7/R·167 定价：5.00 元

前 言

读者朋友们，为了让大家更多地了解一些有关肾脏疾病方面的知识，做到无病早防、有病早治，提高每个人、每个家庭的生活质量和全民族的身体素质，我们在这里以问答的形式将肾脏常见疾病的基本医疗保健知识向大家做尽可能详尽的介绍。在编写本书时，语言力求通俗，叙述尽可能避免专业性的词汇和术语，争取达到集通俗性、趣味性、实用性于一体。本书主要供初中以上文化程度的读者阅读，也可供广大基层医务人员在工作中参考。由于我们水平所限，书中不足之处在所难免，望广大读者不吝指正。

本书护理部分由兰医二院王文执笔。

作者

1996 年 6 月

目 录

一、肾脏结构与功能	(1)
1. 肾脏的功能是什么?	(1)
2. 肾脏是什么样的? 它在人体的什么部位?	(2)
3. 肾脏对人体有哪些重要性?	(2)
4. 肾脏的基本结构是什么?	(3)
5. 为什么说肾脏是人体的主要排泄器官?	(5)
6. 肾单位是如何调节各种代谢的?	(6)
7. 什么是肾脏的内分泌功能?	(7)
8. 肾脏分泌哪些激素, 对人体有什么影响?	(7)
9. 如何保护肾脏?	(10)
二、肾脏病的症状	(14)
10. 什么是少尿、无尿与多尿?	(14)
11. 夜尿是怎么回事?	(16)
12. 正常排尿的过程是怎样的?	(17)
13. 什么叫膀胱和尿路刺激症状? 有什么 临床意义?	(18)
14. 尿失禁的原因是什么? 为什么妇女容 易发生尿失禁?	(20)

15. 尿潴留指的是什么？	(21)
16. 尿流异常是什么原因引起的？	(22)
17. 遗尿算不算尿失禁？算不算尿流异常？	(23)
18. 肾性水肿是怎么回事？	(23)
19. 何谓肾性高血压？	(24)
20. 腰痛就一定意味着肾脏有病吗？	(25)
21. 肾区痛有哪些表现？	(26)
22. 肾绞痛是由什么原因引起的？有什么表现？	(27)
23. 尿色有变化是什么原因？	(27)
24. 血尿是怎么回事？	(28)
25. 什么叫蛋白尿？什么情况下出现蛋白尿？	(30)
26. 什么是管型尿？	(32)
27. 什么是白细胞尿（脓尿）？	(33)
28. 尿的气味不正常是不是有病？	(35)
29. 排尿后容器底部有一层白色沉淀是怎么回事？	(35)
30. 排尿后容器底部有一层红砖粉末状沉淀是什么原因？	(36)
三、肾脏病的实验室检查	(37)
31. 怎样留取尿标本？	(37)
32. 如何看尿常规化验单？	(37)
33. 肾功能检查包括哪些内容？	(38)
34. 静脉肾盂造影对哪些疾病有诊断价值？	(39)

35. CT 主要对哪些肾脏病有诊断意义？	(40)
36. 什么是肾活检？	(41)
37. 肾活检对人体有害吗？	(41)
38. 患了肾脏病一定要做肾活检吗？	(42)
39. 做肾活检前需要注意些什么？	(43)
四、常见肾脏病	(44)
40. 什么是急性肾小球肾炎？	(44)
41. 哪些感染容易引起急性肾小球肾炎？	(44)
42. 急性肾炎为什么在感染过后 2~3 周 才出现症状？	(45)
43. 上呼吸道感染重是不是病情就重？	(45)
44. 人人几乎都患上呼吸道感染，为什 么大多数人没有得急性肾炎？	(45)
45. 急性肾小球肾炎发病后最常出现的症 状有哪些？	(46)
46. 患急性肾炎后应做哪些方面的检查？	(47)
47. 急性肾炎可能会出现哪些危险？	(48)
48. 急性肾炎应如何治疗？	(49)
49. 急性肾炎能预防吗？	(51)
50. 慢性肾炎是不是由急性肾炎转变来的？	(51)
51. 导致肾炎转变为慢性的原因是什么？ 如何预防？	(52)
52. 慢性肾炎与急性肾炎是否具有相同症 状？	(53)
53. 慢性肾炎与急性肾炎有哪些区别？	(55)
54. 慢性肾炎可能会出现哪些并发症？	(55)

55. 慢性肾炎发展下去有什么后果?	(56)
56. 慢性肾炎如何治疗?	(56)
57. 慢性肾炎预后如何?	(58)
58. 隐匿型肾炎是不是慢性肾炎?	(59)
59. 隐匿型肾炎有哪些临床表现?	(59)
60. 隐匿型肾炎如何治疗?	(60)
61. 隐匿型肾炎的预后如何?	(60)
62. 肾病综合征是怎么回事? 它能不能代 表急性和慢性肾小球肾炎?	(61)
63. 引起肾病综合征的常见原因有哪些?	(61)
64. 肾病综合征在什么情况下起病? 有哪 些临床症状?	(62)
65. 肾病综合征存在哪些危险因素?	(63)
66. 肾病综合征怎样治疗?	(63)
67. 尿路感染是指什么?	(65)
68. 什么是尿道综合征?	(66)
69. 为什么女性的尿路容易感染?	(67)
70. 造成尿路感染的不利因素有哪些?	(67)
71. 何谓无症状菌尿?	(68)
72. 得了尿路感染怎么办?	(69)
73. 什么叫过敏性紫癜? 什么叫紫癜性肾 炎?	(70)
74. 紫癜性肾炎在什么情况下发病? 有什 么表现?	(70)
75. 导致过敏性紫癜性肾炎的原因是什么?	(71)
76. 患了过敏性紫癜性肾炎怎么办?	(72)

77. 过敏性紫癜性肾炎如何治疗? 预后如何?	(73)
78. 什么叫系统性红斑狼疮?	(74)
79. 狼疮性肾炎有哪些表现?	(75)
80. 狼疮性肾炎如何治疗?	(75)
五、肾功能衰竭的表现与治疗	(77)
81. 什么是肾功能衰竭?	(77)
82. 肾功能衰竭有哪几种?	(77)
83. 肾功能不全有哪些表现?	(78)
84. 为什么慢性肾功能不全的患者会发生骨痛?	(80)
85. 何谓肾性骨病?	(81)
86. 贫血与肾脏病有关吗?	(82)
87. 何谓肾性贫血?	(83)
88. 为什么要对慢性肾功能衰竭的患者采取优质低蛋白饮食?	(84)
89. 慢性肾衰患者要不要限盐? 如何限制?	(85)
90. 为什么尿毒症患者要控制磷的摄入量?	(86)
91. 何谓 EAA+LPD 治疗?	(87)
92. 尿毒症患者为什么要进行透析治疗?	(87)
93. 何谓腹膜透析?	(88)
94. 哪些患者不宜做腹膜透析?	(89)
95. 腹膜透析患者饮食如何控制?	(89)
96. 腹膜透析患者出现哪些情况应怀疑腹膜炎?	(90)
97. 血液透析与腹膜透析有何异同?	(91)

98. 什么是失衡综合征?	(92)
六、妊娠与肾脏	(94)
99. 妊娠期妇女的泌尿系统生理与平常有何不同?	(94)
100. 怀孕期间容易得哪些肾脏病?	(95)
101. 怀孕能加重原有肾脏病吗?	(96)
102. 患有肾脏病的妇女能生育吗?	(96)
103. 妊娠高血压综合征是怎么回事?	(97)
104. 如何防治妊娠高血压综合征肾损害?	(98)
105. 狼疮性肾炎患者可以妊娠吗?	(99)
106. 妊娠是否对多囊肾有影响?	(100)
七、肝脏与肾脏	(101)
107. 什么是功能性肾衰竭?	(101)
108. 功能性肾衰竭有哪些特点和临床表现?	(101)
109. 患重症肝病后,怎样预测肾功能?	(102)
110. 怎样判断是不是功能性肾衰竭?	(102)
111. 怎样防治功能性肾衰竭?	(103)
112. 乙型肝炎能引起肾小球肾炎吗?	(104)
113. 乙肝患者为什么会发生肾小球肾炎?	(105)
114. 乙肝相关性肾炎有哪些临床表现?	(106)
115. 如何治疗乙肝相关性肾炎?	(106)
八、药物与肾脏	(109)
116. 肾脏在排泄药物过程中起什么作用?	(109)
117. 药物对肾脏有哪些不利影响?	(110)
118. 哪些药物对肾脏有毒性?	(111)

119. 什么是急性药物间质性肾炎?	(114)
120. 什么是止痛剂肾病?	(114)
121. 患了肾脏病应怎样使用抗生素?	(116)
122. 使用药物时剂量越大疗效越好吗?	(117)
123. 怎样防治药物间质性肾炎?	(118)
九、糖尿病肾病	(119)
124. 糖尿病为什么会影响肾脏?	(119)
125. 怎样早期发现糖尿病肾病?	(120)
126. 糖尿病肾病使用哪种口服降糖药?	(121)
127. 运动激发实验对糖尿病肾病的早期诊 断有帮助吗?	(123)
128. 糖尿病肾病口服降糖药物治疗时应注 意哪些问题?	(124)
129. 用胰岛素治疗糖尿病肾病有哪些好处?	(125)
130. 患了糖尿病肾病应怎样调配饮食?	(126)
131. 糖尿病肾病、肾功能不全时能选择透析 和肾移植吗?	(127)
132. 患了糖尿病肾病后为什么要注重高血 压的治疗?	(129)
133. 什么是肾性糖尿? 它和糖尿病有什么 区别?	(130)
十、肾脏病的中医治疗	(131)
134. 急性肾小球肾炎有哪些中药治疗方剂?	(131)
135. 肾病综合征有哪些中药治疗方剂?	(132)
136. 慢性肾功能衰竭有哪些中药治疗方剂?	(133)
137. 狼疮性肾炎有哪些中药治疗方剂?	(135)

138. 紫癜性肾炎有哪些中药治疗方剂?	(136)
139. 尿系感染有哪些中药治疗方剂?	(136)
140. 慢性肾小球肾炎有哪些中药治疗方剂?	(137)
141. 糖尿病肾病有哪些中药治疗方剂.....	(137)
十一、肾脏病护理	(139)
142. 护理工作对肾脏病患者有什么作用?	(139)
143. 护理肾脏病患者应做哪些方面的工作?	(139)
144. 什么是家庭护理? 家庭护理与医院护 理有什么不同?	(142)

一、肾脏结构与功能

1. 肾脏的功能是什么？

从解剖学的角度来看，人体有一个肝脏、两个肾脏。这两个脏器在我们人体中究竟起什么作用呢？用一句较通俗的话来说就是，肝脏是人体的“产品加工厂”，而肾脏是人体的“废物处理厂”。我们体内物质、电解质及吃进去的食物、药物，都要经过肝脏消化、代谢，肾脏吸收排泄，以维持我们人体的正常功能。

肝脏是人体内最大的功能很多的腺体器官，它参与体内消化、代谢、排泄、解毒和免疫过程，其中以代谢机能最为重要。据估计，肝脏中发生的化学反应约有 500 种以上。食物在消化吸收后，经门静脉系统进入肝脏，几乎所有营养物质的代谢都需要肝脏参加。肝脏还是人体内主要的解毒器官，它可以保护机体免受损害，外来的或体内的代谢产生的有毒物质都要经过肝脏的处理，成为比较无毒的或溶解度大的物质，随胆汁或尿液排出体外。

机体将物质代谢的尾产物和不需要或过剩的物质（包括进入体内的异物和药物的代谢产物）排出体外，其最重要的途径是以尿的形式由肾脏排出，尿中所含的排泄物种类最多，量也很大。因而，从排泄的角度讲，肾脏的泌尿具有特别重要的意义。循环血液流经肾脏时通过肾小球滤过而产生原尿，原尿流经肾小管时，对机体有用的水分、葡萄糖及各种离子被重吸

收入血,将机体多余的水分、离子及无用的代谢废物和有毒物质排出体外。

由此看来,肝脏和肾脏功能的正常,对于维持我们人体生命活动是极为重要的,也是人体必不可少的重要器官。

2. 肾脏是什么样的? 它在人体的什么部位?

肾脏俗称“腰子”,大家都吃过“爆炒腰花”,这道菜就是将动物的肾脏切成块,经厨师“艺术”加工而成。人的肾脏是不能吃的。肾脏对人来说是重要脏器,一共有两个,分别在腹腔后壁脊柱(腰脊梁)两旁各一个。它的形状像蚕豆,每个重约 120~150g,可能跟体格高矮有关。外缘呈方形,内缘略凹陷,凹陷处有大的神经、血管和输尿管出入,医学上叫做肾门。两肾门相对呈“八”字形排列。肾脏的长度约 12cm,宽 6cm,厚 3cm,但也有比这个小一些的测量数据,是由于采用不同的测量方法造成的。例如尸体肾直接测得的数据就比放射性核素扫描的数据大。正面 X 线片测得的数据肾脏宽度就比实际小。每家医院的 B 型超声测得的数据也略有出入。两侧肾脏的上缘稍宽,下缘稍窄,颜色为褐红色。这就是肾脏的大致外表。

3. 肾脏对人体有哪些重要性?

肾脏虽小,但功能极大,它肩负着全身各组织、各器官的代谢重任,通常以排尿的方式卫护着身体内环境的稳定。就拿水代谢来讲,它维护着我们全身的水平衡,保证身体有一定的水量。譬如我们参加剧烈运动或劳动时汗流夹背,此时身体丢失水分太多,肾脏为了卫护体内有一定量的水,于是就加强了

对水的回吸收,使尿液变少、变浓,甚至长时间不排尿。如果你喝水太多,身体不需要那么多的液体,这时肾脏对尿液开始稀释,于是排尿量及排尿次数均增加了。从这个例子可以看出肾脏在调节全身水平衡起着多么重要的作用。当然,尿量不等于喝进去的水量,尿中除了水是主要成分外,尚有化学中称做各种离子的物质,如钾(K^+)、钠(Na^+)、氯(Cl^-)、碳酸氢(HCO_3^-)、钙(Ca^{++})、磷(P^{--})、氢(H^+)等等,还有经过身体代谢以后产生的各种物质,如尿素、尿酸、肌酐、肌酸等等,还有我们吃进去的药物,误服或被皮肤、呼吸道吸收了的毒物等等。可见尿中成分很多。尿的成分为什么这样繁多,这与肾脏基本结构有关。

4. 肾脏的基本结构是什么?

肾脏有一套完整的内部结构,保证了肾脏的功能。如果我们把肾脏从外缘平分切开,可以用肉眼看见肾脏的最外包一层膜,这层膜叫纤维膜。向里看这个切面分为两层,靠外围的一层颜色较深,呈褐色,里面许多小红点状颗粒,这就是下面要介绍的肾小球肉眼观,我们把这一部分称为肾皮质。再向里看为颜色较浅呈浅红色放射状的区域,我们把它称作髓质。髓质的底部较宽,与皮质紧密相连,界限不十分清楚。肾髓质的顶部有8~16个乳头组成,上面有小孔,是尿排向肾盂以外的开口。

肾脏的基本结构是一套非常奇妙的内部结构,它包括了两大部分:一是肾小球,另一是肾小管和集合管。肾小球是由一个名叫“入球小动脉”的血管,一再分成许多支的毛细血管团组成,而这些毛细血管团又互相连结,最后汇合成一个起名

叫“出球小动脉”的血管离开肾小球。由于这些毛细血管团构成的形状是圆形的,类似球形,所以叫肾小球。肾小球毛细血管的壁分为三层,由里向外分别起名叫内皮细胞层、基底膜层和上皮细胞层。这三层就像一个筛子,上面有大小不等的孔,使通过这个毛细血管的血浆向外滤。其中内皮细胞层的孔直径最大,上皮细胞层的孔直径最小,是严格把关的部位,不让更多的血浆蛋白滤过。中间的基底膜比较致密,也是防止血浆蛋白滤过的重要部位。肾小球的外面包裹了一层囊,与肾小球上皮细胞层紧紧相连,构成囊的一部分,我们把它叫做肾小囊。肾小囊的中间有一个很窄的腔,我们把它称做肾小囊腔,这个囊腔开口在肾小管。肾小囊与肾小管相连接,是一条弯弯曲曲的管子,由于它开始于肾小球近旁,所以把它称作近端肾小管。这个管子在弯曲一段之后,渐渐变直,离开肾小球,由皮质区向髓质区移行,在进入髓质区下行的过程中又逐渐变窄变薄,而后向水平方向折返,过后又开始向上折返,上行途中又渐渐变厚变宽。很像英文字母中的“U”字形状,我们给它起个名叫髓襻。变宽的髓襻继续上行,在离开髓质后,又开始变得弯弯曲曲进到肾皮质中穿行,远端肾小管的末端开口去集合管,集合管由皮质到髓质呈直线行走,上面提到髓质呈放射状的改变,即指集合管作为核心。我又把它叫髓放线。一条集合管在下行中又可汇合几条远端小管的开口。集合管最后汇合成乳头管开口于乳头。读者朋友,你说肾脏的结构是多么复杂而奇妙。肾脏实质(内部)就是用这些奇妙的结构组成的。我们把一个肾小球和与之相连的近端肾小管、髓襻,远端肾小管共同称作一个肾单位。一个肾单位是我们人类肾脏的基本生理解剖单位,每一个肾脏大约有 80~110 万个这样的肾单位。

真是形成了管道接着管道、管道并着管道,简直管道化了。无怪乎从事肾脏病研究的医师们把自己戏称为下水道工。

5. 为什么说肾脏是人体主要的排泄器官?

人体有两个肾脏,每个肾脏由约 80~110 万肾单位组成,肾脏的功能主要由肾单位完成。人体循环血液流经肾脏时(正常人每分钟肾血流量约 1 200ml),经肾小球滤出后产生原尿约 120ml。产生的原尿流经肾小管时,水和溶液在醛固酮,心钠素等内分泌激素调控下,被选择性重吸收,钾、氢、氮和一些药物或毒物等则被排入肾小管液内,随机体代谢废物组成终尿排出体外。肾脏通过生长尿液将排除机体的大部分代谢尾产物以及进入体内的异物。如果人体肾脏滤过尿液及排尿功能正常,则体内的代谢废物及药物每天都能随尿液排出体外,对机体不会产生有害的影响。正常人每昼夜的尿量约在 1 000~2 000ml 之间,一般为 1 500ml 左右。在异常情况下,每昼夜的尿量可显著地增多或减少,甚至无尿。每昼夜的尿量长期保持在 2 500ml 以上的情况称为多尿,每昼夜尿量在 100~500ml 范围内时则称为少尿。如果每天尿量不到 100ml 可称为无尿。尿量太多,则体内水分丧失过多,结果会导致脱水。尿量太少,代谢的废物将聚积在体内,给机体带来不良影响,无尿的后果则更为严重,无尿意味着机体无法排出自身产生的或者以其它途径进入人体内的代谢废物,更不用说某些药物了。因此,我们说肾脏是人体主要的排泄器官,主要承担人体排泄代谢废物、毒物、药物的作用。