

名医名诊 百病百问
系列丛书



肾病养生 保健200问

章逢润教授



W 世界图书出版公司

XH122/15

99
R692
29
2

“名医名诊百病百问”系列丛书

肾病养生保健 200 问

主编

章逢润 孙忠年

编著

邱根全 王 锐 刘小红
石秦东 刘永惠 何群英
罗国礼 孙 静



世界图书出版公司

西安 北京 广州 上海



3 0013 6818 6

(陕)新登字 014 号

肾病养生保健 200 问

章逢润 孙忠年 主编

唐娟莉 责任编辑

世界图书出版公司 出版发行

(西安市西木头市 34 号 邮编 710002)

西北大学印刷厂印刷

各地新华书店经销

开本:787×960 1/32 印张:10.25 字数:152 千字

1998 年 5 月第 1 版 1998 年 5 月第 1 次印刷

印数:00001-10000 册

ISBN 7-5062-3648-6/R·217

Wx3648 定价:12.00 元

“名医名诊百病百问”系列丛书

编委会名单

名誉主任委员 吴阶平

主任委员 陈敏章

副主任委员 巴德年

委员 (按姓氏笔画为序)

牛汝楫	史轶繁	石景森	许贤豪
刘辅仁	陈灏珠	沈丽英	张乃峥
张之南	张学庸	李美玉	李蓉生
余斌杰	郎景和	林良明	杨光华
胡翔鹄	胡亚美	徐君伍	夏穗生
章逢润	梁劲荃	曹钟梁	傅贞亮
惠延年	鲁开化	裘法祖	黎磊石

“名医名诊百病百问”系列丛书

主编主审名单

- 陈灏珠 上海市心血管研究所所长、教授
张学庸 第四军医大学西京医院消化内科主任、教授
沈丽英 第四军医大学西京医院呼吸内科主任、教授
牛汝楫 武汉同济医科大学附属一院呼吸内科主任、教授
余斌杰 广州中山医科大学附属一院内分泌科主任、教授
杨光华 成都华西医科大学校长、教授
梁劲荃 西安医科大学附属二院妇产科主任、教授
张乃峥 北京协和医院风湿内科主任、教授
许贤豪 卫生部北京医院神经内科主任、教授
林良明 首都儿科研究所保健科主任、研究员
李蓉生 北京协和医院血液内科主任、教授
胡翔鹤 首都医科大学佑安医院院长、教授
徐君伍 第四军医大学口腔医院修复科主任、教授
章逢润 陕西中医研究院副院长、教授
傅贞亮 陕西中医学院医疗系主任、教授
刘辅仁 西安医科大学附属二院皮肤科主任、教授
惠延年 第四军医大学西京医院眼科主任、教授
鲁开化 第四军医大学西京医院美容中心主任、教授

出版说明

世界图书出版公司是国内唯一的一家国家级大型集团出版公司。世界图书出版西安公司近两年来，曾先后翻译出版了《西氏内科学》、《西氏内科学精要》、《克氏外科学精要》、《尼氏儿科学》、《尼氏儿科学精要》、《道氏英汉医学辞海》、《梅氏腹部手术学》、《威廉姆产科学》等一系列世界医学经典名著，在全国尤其是在医学界引起了很大反响。我们也通过此系列名著的翻译和出版，结识了全国医学界一大批著名专家教授。在这些专家教授的建议下，我们在调研图书市场的基础上，根据广大普通读者的要求，坚持“精品与普及”相结合的出版思路，组织全国近百名著名专家教授编写了“名医名诊百病百问”医学系列科普读物。

该套丛书采取一病一书、一书百问的形式，在参考国内外最新研究资料的基础上，在介绍各种疾病病因、发病机理、诊断治疗的新观点、新技术、新方法的同时，结合读者、患者的心理状况，重点介绍了疾病的预防方法和日常生活中应注意的问题。通过阅读本书，对于人们早期发现和早

期预防疾病有着重要的指导价值，从而达到早期诊断和早期治疗的目的。

该套丛书语言通俗易懂，内容简明新颖，具有很强的科学性、针对性、趣味性和实用性，既可供城乡广大普通读者、患者阅读，也可供广大临床基层医生参考。

在此套丛书编写过程中，我们曾得到了著名医学教授、人大常委会吴阶平副委员长，卫生部陈敏章部长以及中国医学科学院巴德年院长的大力支持，我们在此深表谢意。同时，北京协和医院、上海第二医科大学、上海心血管病研究所、首都儿科研究所、首都医科大学、北京佑安医院、第四军医大学西京医院、第四军医大学口腔医院、陕西中医学院、西安医科大学、陕西省中医药研究院等单位的热情支持，在此也一并表示感谢。

目 录

1. 你知道什么是肾病吗? (1)
2. 你了解肾脏的结构吗? (2)
3. 你知道肾脏是由多少个肾单位构成的
吗? (3)
4. 你知道肾脏的生理功能吗? (5)
5. 肾病主要有哪几大类?
..... (7)
6. 你了解肾病常见的症状吗? (8)
7. 肾病引起水肿是怎么回事? (10)
8. 如何鉴别肾性水肿? (11)
9. 你知道蛋白尿是怎样形成的? (13)
10. 你知道哪些病都会出现蛋白尿? (15)
11. 肾性高血压是怎么一回事? (16)
12. 你知道血尿是怎么产生的? (18)
13. 你知道哪些病容易出现血尿? (20)
14. 你知道尿频、尿急常常会出现在哪些
病症中? (22)

- 15. 排尿困难都有哪些临床症状? (23)
- 16. 什么人易得肾病? (25)
- 17. 肾脏常见的肿瘤有哪些? 如何鉴别?
..... (26)
- 18. 中医是怎样认识肾的? (27)
- 19. 中医的肾病有哪些表现? (28)
- 20. 你知道中医肾阳的含义吗? (29)
- 21. 你知道中医肾阴的含义吗? (30)
- 22. 什么是肾藏精? (32)
- 23. 你知道中医的肾气吗? (33)
- 24. 你知道人体天癸是怎么回事? (34)
- 25. 你知道肾虚是怎么一回事? (36)
- 26. 肾虚是否就是已得了肾病? (37)
- 27. 你知道肾虚产生的原因吗? (38)
- 28. 阳痿是怎么一回事? (40)
- 29. 遗精是病吗? (42)
- 30. 肾虚“五更泻”的症状是什么? (43)
- 31. 肾小球真的像球形吗? 它的作用怎样?
..... (44)
- 32. 你知道肾盂在肾的什么部位吗? (45)
- 33. 人为什么常会感觉腰痛? (46)
- 34. 你知道人一天中尿量有多少? (48)
- 35. 医生是怎样诊断肾炎的? (49)

36. 患了肾病需做哪些化验检查项目?
..... (50)
37. 如何阅读肾病化验检查报告?
..... (51)
38. 肾脏 B 超对肾病诊断有何意义?
..... (53)
39. X 线腹部平片检查对肾病有用吗?
..... (54)
40. 急性肾炎是怎么回事? (56)
41. 急性肾小球肾炎是怎样产生的? (58)
42. 什么是慢性肾炎? (59)
43. 怎样算是得了肾盂肾炎? (61)
44. 急性肾盂肾炎是怎么得的? (62)
45. 女性为什么易得肾盂肾炎? (63)
46. 如何诊断慢性肾盂肾炎? (64)
47. 肾炎和肾盂肾炎是一回事吗? (65)
48. 肾结核是怎么回事? (67)
49. 你知道免疫球蛋白 A (IgA) 肾病吗?
..... (68)
50. 什么是间质性肾炎? (69)
51. 你知道慢性肾衰分几期吗? (71)
52. 你知道肝肾综合征吗? (72)
53. 你知道什么是糖尿病肾病吗? (73)

- 54. 药物性肾损害是怎么回事? (74)
- 55. 什么是肾病综合征? (75)
- 56. 你了解乙肝后肾炎吗? (76)
- 57. 肾功能指的是什么你知道吗? (77)
- 58. 急性肾功能衰竭是怎么回事? (78)
- 59. 你知道急性肾功能衰竭是怎样产生的
吗? (79)
- 60. 什么是慢性肾功能衰竭? (81)
- 61. 你知道慢性肾功能衰竭是怎样产生的
吗? (81)
- 62. 如何诊断慢性肾衰? (82)
- 63. 什么是隐匿性肾炎? (83)
- 64. 流行性出血热出现持续蛋白尿是怎么
回事? (83)
- 65. 你如何知道自己得的是哪一种肾病?
..... (84)
- 66. 你知道淋症的表现吗? (86)
- 67. 中医学的“淋症”与“淋病”如何区
别? (87)
- 68. 女子性功能减退与肾的关系怎样?
..... (88)
- 69. 妊娠泌尿系生理有哪些改变? (90)
- 70. 你了解妇女得了肾病的妊娠问题吗?

- (91)
71. 老年人肾脏结构有些什么变化? (92)
72. 常见老年性肾病有哪些? (94)
73. 患了急性肾炎怎样预防复发? (95)
74. 急性肾炎如何选择用药? (96)
75. 慢性肾炎如何选择用药? (98)
76. 急性肾盂肾炎病人怎样选择用药?
..... (100)
77. 如何预防慢性肾盂肾炎急性发作?
..... (101)
78. 肾盂肾炎反复发作时如何选择用药?
..... (103)
79. 间质性肾炎病人如何选择用药? (104)
80. 你知道乙肝后肾炎是怎样治疗的?
..... (105)
81. 肝肾综合征如何配合治疗? (105)
82. 肾病综合征是怎样选择用药的? (106)
83. 肾病综合征应用激素的原则是什么?
..... (109)
84. 肾病应用激素的禁忌证是什么?
..... (110)
85. 什么是尿毒症? (112)
86. 尿毒症是“绝症”吗? (113)

87. 尿毒症病人选择透析的指征是什么?
..... (115)
88. 你懂得腹膜透析吗? (116)
89. 你知道血液透析吗? (118)
90. 哪些病人能做肾移植? (119)
91. 肾移植后肾病就彻底好了吗? (121)
92. 我国肾移植工作的发展近况如何?
..... (123)
93. 怎样爱护捐献给自己的外来肾脏?
..... (124)
94. 肾脏如何保证持续健康? (125)
95. 中医治疗肾病有好的疗效吗? (126)
96. 中医如何治疗肾病? (127)
97. 中医如何治疗急性肾小球肾炎? (130)
98. 中草药外敷治疗急性肾小球肾炎的疗
效如何? (132)
99. 你知道中医慢性肾炎是如何分型的?
..... (133)
100. 中医对慢性肾炎的保健药方有哪些?
..... (135)
101. 你知道慢性肾炎的中药保健单验方吗?
..... (136)
102. 预防急性肾炎有保健措施吗? (138)

103. 慢性肾炎有哪些疗养康复措施?
..... (140)
104. 肾盂肾炎家庭护理康复方法有哪些?
..... (141)
105. 你知道肾性水肿病人的养生保健方法
吗? (142)
106. 肾性血尿病人的保健措施有哪些?
..... (144)
107. 中医对肾性高血压有哪些养生保健方
法? (146)
108. 遗传性肾炎中医怎样采用保健措施?
..... (149)
109. 你想了解中医治疗淋症的秘诀吗?
..... (151)
110. 中医对遗精的保健措施有哪些?
..... (152)
111. 肾病大量出现蛋白尿中药应如何保健?
..... (153)
112. 得了肾结核如何找医生治疗? (155)
113. 中医对糖尿病肾病如何进行养生保健?
..... (157)
114. 中医怎样防治中年夜尿多病症?
..... (159)

115. 对肾病进行养生保健有益处吗? (161)
116. 你知道肾病养生的“六戒”是什么?
..... (162)
117. 一年四季应如何保养肾脏? (164)
118. 过度纵欲是否伤害肾脏缩短寿命?
..... (166)
119. 急性肾炎患者的饮食应怎么安排?
..... (168)
120. 你知道慢性肾炎的最佳食谱吗?
..... (170)
121. 慢性肾衰患者的饮食应如何选择?
..... (172)
122. 肾结核病人对饮食都有些什么要求?
..... (174)
123. 肾盂肾炎患者为什么要多饮水?
..... (176)
124. 血液透析患者对饮食有何要求? ... (177)
125. 阳痿患者如何调理自己的饮食?
..... (178)
126. 你知道现代医学是如保看待养生的?
..... (180)
127. 男性不育者应如何保健? (181)
128. 肾病综合征为什么会反复发生?

- (183)
129. 音乐疗法对肾病保健有作用吗?
..... (185)
130. 怎样才能保持情志顺畅? (186)
131. 如何使自己的行为处于最佳状态?
..... (187)
132. 患了阳痿应怎样消除紧张情绪?
..... (189)
133. 针灸疗法对肾病有保健作用吗?
..... (191)
134. 中医的补肾强壮穴有哪些? (192)
135. 慢性肾炎应怎样选择针灸治疗?
..... (194)
136. 急性肾炎如何施行针灸保健? (195)
137. 阳痿病如何选择针灸腧穴? (197)
138. 灸法在肾病保健中的作用如何?
..... (198)
139. 磁疗在肾病保健中有什么作用?
..... (200)
140. 醋疗在肾病保健中的作用如何?
..... (202)
141. 足浴在肾病保健中有哪些作用?
..... (204)

142. 肾与足在医疗保健作用方面有哪些
关系? (205)
143. 肾病患者能行温泉浴吗? (206)
144. 你知道药浴后按摩对肾脏有保健作用
吗? (208)
145. 坐药浴可以治疗尿路感染吗? (210)
146. 糖尿病肾病可否施行药浴疗法?
..... (211)
147. 气功疗法在肾病保健中的作用怎样?
..... (212)
148. 肾病人宜练哪一种功法好? (214)
149. 脐疗对肾病是否有养生保健作用?
..... (216)
150. 肾病的自我按摩方法有哪些? (218)
151. 慢性肾衰病人按摩双侧肾区有作用吗?
..... (220)
152. 阳痿病人应按摩哪些部位? (221)
153. 阳痿患者如何按摩最有效? (223)
154. 夜间遗尿应怎样施行按摩治疗?
..... (225)
155. 不孕症采用按摩方法治疗有保健作用
吗? (226)
156. 阳痿病人应如何进行食疗? (228)