

《百姓合理用药一册通晓》丛书

丛书总主编 黄正明 贾万年



中国医药教育协会成人教育委员会 组织编写



肾在何处，何谓肾盂？哪些“蛛丝马迹”提示肾出了问题？

肾盂肾炎为何青睐女性？肾盂肾炎会引起哪些疾病？怎么治疗？

肾盂肾炎

合理用药一册通晓

医学专家为你详细解答



分册主编 李世俊 胡芸

肾盂肾炎治疗有技巧，
应“审时度势”“因人而异”，
多种疗法来帮忙！



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

《百姓合理用药一册通晓》丛书

中国医药教育协会成人教育委员会
组织编写



肾盂肾炎

合理用药一册通晓

医学专家为你详细解答

主 编 李世俊 胡 芸
副主编 马莉华 黄晓龙 康 明
编 者 (以姓氏笔画为序)
马莉华 王美玲 王紫琼 牛延宏
刘文台 纪德才 李卫霞 李世俊
陈 环 陈升见 陈红玲 郑 璐
胡 芸 顿 勇 高雄超 唐晓红
谈清明 黄晓龙 康 明 樊念念



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

肾盂肾炎合理用药一册通晓 / 李世俊, 胡芸主编. — 北京: 人民军医出版社, 2015.2

(百姓合理用药一册通晓丛书)

ISBN 978-7-5091-7974-1

I. ①肾… II. ①李…②胡… III. ①肾盂肾炎一用药法 IV. ① R692.705

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 239530 号

策划编辑: 任海霞 文字编辑: 刘丽娟 刘新瑞 责任审读: 王三荣

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通讯地址: 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) 51927300-8201

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 北京华正印刷有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 9.75 字数: 169千字

版、印次: 2015年2月第1版第1次印刷

印数: 0001—3500

定价: 28.00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

《百姓合理用药一册通晓》丛书分册

总 主 编 黄正明 贾万年

副总主编 王仁杰 高远征 张二明

第一辑

《慢性咽炎合理用药一册通晓》
《慢性肝炎合理用药一册通晓》
《月经病合理用药一册通晓》
《女性更年期合理用药一册通晓》
《性病合理用药一册通晓》
《胃肠道溃疡合理用药一册通晓》
《胆囊炎胆石症合理用药一册通晓》
《癫痫合理用药一册通晓》
《新生儿合理用药一册通晓》
《高血压合理用药一册通晓》
《糖尿病合理用药一册通晓》
《脂肪肝合理用药一册通晓》
《血脂异常合理用药一册通晓》
《睡眠障碍合理用药一册通晓》
《冠心病合理用药一册通晓》
《脱发合理用药一册通晓》
《阴道炎症合理用药一册通晓》
《皮肤病合理用药一册通晓》

第二辑

《脑卒中合理用药一册通晓》
《前列腺病合理用药一册通晓》
《不孕不育合理用药一册通晓》
《肺结核合理用药一册通晓》
《便秘合理用药一册通晓》
《肾盂肾炎合理用药一册通晓》
《痛风合理用药一册通晓》
《类风湿关节炎合理用药一册通晓》
《支气管哮喘合理用药一册通晓》
《慢性支气管炎合理用药一册通晓》
《肿瘤化疗合理用药一册通晓》
《慢性肾病合理用药一册通晓》
《乳腺疾病合理用药一册通晓》
《慢性疼痛合理用药一册通晓》
《男科病合理用药一册通晓》
《慢性鼻炎合理用药一册通晓》
《阿尔茨海默病合理用药一册通晓》
《颈椎病合理用药一册通晓》

内 容 提 要



肾是人体的“清洁工”，通过尿液的生成和排泄，将人体不需要的废物和水分排出体外。肾盂肾炎主要是由各种致病微生物通过尿道逆行至肾而引起的炎症。为了帮助患者提高对肾盂肾炎的认识，避免滥用药物所致的不良反应，我们编写了本书。全书分为 5 章，从肾盂肾炎的基础理论知识到西医合理用药；从中医的辨证论治到食疗、健康生活方式等方面进行了较全面的阐述。在编写过程中，作者查阅了大量文献资料，并选出最佳治疗方案，推荐给大家。本书语言简练、通俗易懂，适合肾盂肾炎患者及基层医务人员学习参考。

从 书 序 言



本书是《百姓合理用药一册通晓》丛书第二辑的一本。该系列丛书是由中国医药教育协会成人教育委员会组织国内众多医药学专家、学者编写的奉献给普通百姓保障健康的一份厚礼。

《百姓合理用药一册通晓》系列丛书第一辑（18本），已于2012年底经人民军医出版社出版，通过全国发行，现已成为百姓防病治病简单易懂的系列读物之一。尤其配合当前在全国开展的“中央财政支持社会组织示范项目——慢病防治健康行”的活动，发挥了非常大的作用，成为大众喜闻乐见的一套丛书，因此，被选定为“慢病防治健康行”活动的推荐用书。

为了满足全国广大民众的需要，在编写出版这套丛书第一辑的基础上，续编《百姓合理用药一册通晓》丛书第二辑（18本），两套丛书基本涵盖了人类常见而多发疾病的合理用药。全套丛书（36本）的特点是以百姓常见疾病为主线，以病论药，合理选用，比较贴近大众，通俗易懂，从多方面、多角度宣传合理用药知识，提高病人自我保健意识，普及基本用药常识。

当前，临床不合理使用药物的现象尤为普遍，虽然国家三令五申地要求临床合理用药，确保患者生命安全，但临床滥用药物，致人损命的现象时有发生，屡禁不止，给国家、社会、家庭、个人带来极大的伤害。在不合理用药现象丛生的今天，编写本套《百姓合理用药一册通晓》系列丛书旨在提高全民合理用药意识，使人人关爱健康，真正做到合理用药从我做起，避免滥用药物或乱选药，确保用药安全、有效、简便、经济。

本套《百姓合理用药一册通晓》系列丛书的出版，集参与编写



的医疗和药学专家、学者多年实践经验的总结，具有很强的临床实用性和百姓学习指导性。它不仅是百姓守护健康的家庭必备工具书，也可作为医务工作者和相关专业人员的参考书。在此，中国医药教育协会成人教育委员会向直接参与本套丛书编写和支持出版的各位专家、学者们及相关医药企业和人民军医出版社为此付出的艰辛努力表示衷心的感谢！

黄正明 贾万年
2014年10月于北京



前言 PREFACE



肾是人体的“清洁工”，通过尿液的生成和排泄，将人体不需要的废物和水分排出体外。肾盂肾炎主要是由各种致病微生物通过尿道逆行至肾而引起的炎症。由于女性尿道生理结构的特殊性，所以肾盂肾炎好发于女性。部分患者因对肾盂肾炎认识不足，对如何合理用药知之甚少，尤其是基层医务工作者因缺乏规范培训，对肾盂肾炎的发展、预后及合理用药存在一定偏差，从而使部分急性肾盂肾炎转化为慢性肾盂肾炎，甚至发展为尿毒症，给社会 and 患者家庭带来巨大的经济负担。

随着广大群众对医疗保健意识日益增强，为了帮助患者提高对肾盂肾炎的认识，避免滥用药物所致的不良反应，我们编写了《肾盂肾炎合理用药一册通晓》一书。全书共分为5章，从肾盂肾炎的基础理论知识到西医合理用药；从中医的辨证论治到食疗、健康生活方式等方面进行了较全面的阐述。

在编写过程中，作者查阅了大量文献资料，从中选出最佳治疗方案推荐给大家。本书语言简练、通俗易懂，适合肾盂肾炎患者及基层医务人员学习。

书中不足之处，敬请读者批评指正。

编者

2014年10月

目录 CONTENTS

第 1 章 揭开肾盂肾炎的神秘面纱

第一节 肾在何处，何谓肾盂	2
教你了解一点肾、肾盂的解剖知识	2
肾——人体的“清洁工”	3
泌尿系统的天然防御屏障	5
正常的尿液	5
“肾盂肾炎”和“肾炎”是一回事吗	6
哪些“蛛丝马迹”提示肾出了问题	7
第二节 肾盂肾炎的好发人群	9
肾盂肾炎为何青睐女性	9
肾盂肾炎为何“紧盯”孕妇	10
老年人易患肾盂肾炎	10
尿路阻塞、膀胱炎患者易患肾盂肾炎	11
不良的生活习惯使你患上肾盂肾炎	11
第三节 详细解读肾盂肾炎	12
肾盂肾炎元凶谁知晓	12
肾盂肾炎的感染途径	13
初识肾盂肾炎	14
肾盂肾炎会引起哪些疾病	16
肾盂肾炎为何反复发作	17

第四节 泌尿系疾病常见的辅助检查	17
尿液检查	17
血液检查	23
B超检查	26
影像学检查	27
第五节 肾盂肾炎明确诊断很重要	29
判断是否患有肾盂肾炎，临床症状其实有迹可循	29
诊断肾盂肾炎，辅助检查需要明察秋毫	30
鉴别诊断可以明辨是非	32
第六节 肾盂肾炎发展的严重后果	34
急性肾盂肾炎发展的后果	34
慢性肾盂肾炎发展的严重后果	35

第2章 西医治疗肾盂肾炎，任重而道远

第一节 治疗肾盂肾炎的抗菌药物	40
常用于治疗肾盂肾炎的抗菌药物	40
耐药菌株的出现与抗菌药物的调整	47
第二节 西医治疗肾盂肾炎，疗效与疗程勿顾此失彼	51
治疗急性肾盂肾炎，细节决定成败	51
治疗慢性肾盂肾炎，疗程决定结局	56
第三节 肾盂肾炎，病因治疗最根本	61
治疗肾盂肾炎，解决尿液反流有必要	61
治疗肾盂肾炎，解除尿路梗阻是根本	62
治疗肾盂肾炎，同步控制感染最关键	64
治疗肾盂肾炎合并症，血液净化技术不容小觑	65

第四节 特殊人群肾盂肾炎, 合理用药须正规	67
儿童肾盂肾炎, 合理用药须谨慎	67
妊娠期及哺乳期肾盂肾炎, 合理用药要细心	71
老年性肾盂肾炎, 合理用药应重视	74

第 3 章 中医辨证论治肾盂肾炎

第一节 诸子百家话肾盂肾炎	78
中医眼里的“肾”	78
中医解读肾盂肾炎	80
临证辨象破解淋证密码	83
当代名医辨证肾盂肾炎	84
第二节 肾盂肾炎常用中药家族	86
常用有效的抗尿路感染的中草药	86
疗效确切的中成药	88
经验方剂	91
中药虽好, 警惕滥用	91
第三节 名医教你辨证论治肾盂肾炎	93
中医治疗肾盂肾炎的优势	94
名医论治肾盂肾炎急性发作	94
名医巧治慢性肾盂肾炎	96

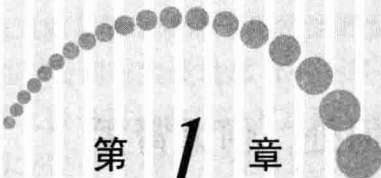
第 4 章 食疗助肾盂肾炎患者一臂之力

第一节 肾盂肾炎患者的饮食大有学问	106
应对肾盂肾炎, 饮食调养勿忽视	106
良好的饮食习惯助您打赢健康保“肾”战	110
肾盂肾炎患者对饮食认识的误区	114
急、慢性肾盂肾炎一周食谱推荐	115

第二节 药食同源，食疗与药疗勿等同视之	117
面对肾盂肾炎，中医食疗理论主线要把握	118
辅助治疗肾盂肾炎，传统食疗方不可偏废	121

第 5 章 应对肾盂肾炎，贵在防患于未然

第一节 预防肾盂肾炎，从日常生活做起	130
劳逸结合，保护好我们的肾	130
关爱女性，共建“肾”卫生	130
远离憋尿，创建“肾”健康	132
足量饮水，护“肾”好帮手	132
标本兼治，保持尿路通畅	133
尽量避免使用尿路器械和插管	134
科学锻炼，坚持强“肾”健体	135
察“颜”观色，关注尿液变化	136
第二节 面对慢性肾盂肾炎，心理情志因素别轻视	139
肾盂肾炎患者的心理特征	139
肾盂肾炎患者的心理护理	139
肾盂肾炎患者的心理保健	140
教你舒缓心理压力，获取战胜疾病的信心和方法	141
学会自我情绪调节，远离肾盂肾炎	142
参考文献	144



第 1 章

揭开肾盂肾炎的神秘面纱

古语云“肾为先天之本”，表明肾是人体极其重要之脏器。故而肾一旦出现毛病，将会严重威胁机体的健康，轻者带来身体不适，重者出现尿毒症，降低人们的生活质量，甚至威胁我们的生命。肾疾病的种类繁多，较常见的有肾盂肾炎及肾小球肾炎等。但我们身边有很多肾病患者及其家人会误以为肾炎就是肾盂肾炎的简称，同样有人一听到肾盂肾炎，以为说的就是肾炎。其实肾炎和肾盂肾炎不是同一种疾病，其发病原因、症状等都有很大的不同。

本章将从揭示肾的结构和功能开始，逐一剖析肾盂肾炎的来龙去脉，让读者明白肾盂肾炎及时治疗与合理用药的重要性。



第一节 肾在何处，何谓肾盂

说到肾，我们大家并不陌生，肾就是老百姓常说的“腰子”。那么，我们的肾在身体的什么部位，有何功能，肾盂是肾的什么结构，会出现哪些疾病，我们的身体出现哪些不适预示肾出现了问题呢？本节就这些问题逐一解读。



教你了解一点肾、肾盂的解剖知识

要真正懂得肾盂肾炎，我们必须先了解肾的基本结构。我们最直观的认识是肾与尿液有关，那么，我们先看看人体的泌尿系统。泌尿系统包括肾、输尿管、膀胱、尿道。尿液在肾小球经滤过作用和肾小管重吸收作用后，经输尿管进入膀胱，再由尿道排出体外（图1-1）。

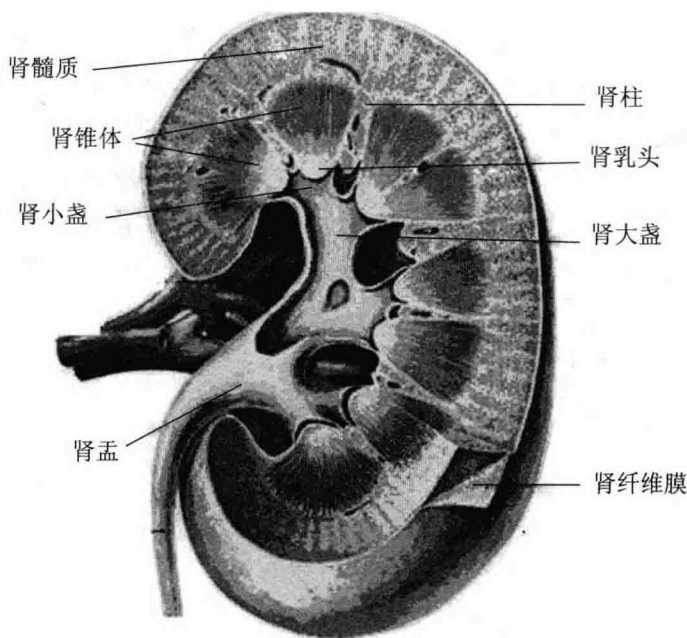


图1-1 肾及肾盂的解剖结构

肾是人或高等动物的主要排泄器官，左右各一个，位于腹膜后脊柱两旁浅窝中，由于右侧有实质性器官——肝占据空间，大多数人左肾位置比右肾稍高。左肾上极平第11胸椎，其后方有第11~12肋斜行跨过，下端与第2腰椎齐平；右肾上方与肝相邻，位置比左肾低半个至一个椎体，右肾上极平第12胸椎，下极平第3腰椎，第12肋斜行跨过其后方。在竖脊肌的外侧缘与第12肋之间的部位称为肾区（脊肋角），有些肾病患者，叩击或触压此处还可引起疼痛。肾为黯红色实质性器官，表面光滑，状似拳头大小的扁豆子，分为上下两端，内外两侧缘和前后两面，上端宽而薄，下端窄而厚。肾长10~12cm，宽5~6cm，厚3~4cm，重120~150g。肾的外缘弯弯地向外凸出，内缘又弯弯地向内凹陷，这个部位称作肾门，血管、神经、淋巴管、输尿管都由这里（肾门）进出肾。

肾结构分为外侧肾皮质和内侧肾髓质两部分。肾髓质的顶端形成乳头形状与肾小盏相连。肾中形成的尿液，从肾乳头部分经肾小盏、肾盂、输尿管到达膀胱，通过尿道排出体外。肾盂出肾门后逐渐缩窄变细，移行为输尿管。肾盂主要是尿液形成后储运的部位，所以临床上常将肾盂、输尿管称为上尿路，膀胱、尿道称为下尿路。

由此可见，肾盂是肾的一部分，是圆锥形的囊状物，下端通输尿管。



肾——人体的“清洁工”

肾、输尿管、膀胱、尿道构成机体的泌尿系统，维持调节着人体水的进入和排出的生理平衡，保持人体功能的正常运行。肾被称为人体的“清洁工”，它将人体不需要的废物和过量水分排出体外。现代医学认为肾的基本生理功能有以下5个方面。

◆ 分泌尿液

肾可分泌尿液，排出代谢废物、毒物和药物，因而肾是排泄的主要器官。在生理上，肾负责过滤血液中的杂质，维持体液和电解质的平衡，产生尿液，最后经由输尿管、膀胱、尿道排出体外。尿液排泄是机体代谢过程中所产生的各种不为机体所利用或者有害的物质向体外输送的生理过程。被排出的物质一部分是营养物质的代谢产物，另一部分是衰老细胞破坏时所形成的产物。此外，排泄物中还包括一些随食物摄入的多余物质，如多余的水和无机盐类。尿中所含的排泄物为水溶性并具有非挥发性的物质和异物，种类多，量也很大。

肾血流量的正常运行是分泌尿液、排出有害毒素的重要条件。肾血流量占

全身血流量的 $1/5 \sim 1/4$ ，肾小球滤液每分钟约生成120ml，一昼夜总滤液量为170~180L。滤液经肾小管时，99%被回吸收，故正常人每日尿量约为1500ml。葡萄糖、氨基酸、维生素、多肽类物质和少量蛋白质，在近曲小管几乎被全部回收，而肌酐、尿素、尿酸及其他代谢产物，经过选择，或部分吸收，或完全排出。肾小管尚可分泌排出药物及毒物，如酚红、对氨马尿酸、青霉素类、头孢菌素类等，药物若与蛋白质结合，则可通过肾小球滤过而排出。

◆ 调节体内水和渗透压

肾又是一个维持内环境稳定的重要器官，其调节人体水及渗透压平衡的部位主要在肾小管。近曲小管为等渗性再吸收，是吸收 Na^+ 及分泌 H^+ 的重要场所。在近曲小管中，葡萄糖及氨基酸被完全回收，碳酸氢根回收70%~80%，水及钠回收65%~70%。滤液进入髓袢后进一步被浓缩，约25%氯化钠和15%水被重吸收。远曲及集合小管不透水，但能吸收部分钠盐，因此液体维持在低渗状态。

◆ 调节电解质浓度

肾小球滤液中含有多种电解质，当进入肾小管后，钠、钾、钙、镁、碳酸氢、氯及磷酸离子等按人体的需要大部分被重吸收，以起到维持人体生命活动的作用。

◆ 调节酸碱平衡

人体血浆的酸碱度取决于 H^+ 浓度。正常人动脉血pH为7.35~7.45。生命活动中，机体细胞的代谢不断产生酸性或碱性物质，而机体pH始终保持稳定，这主要依靠体内各种缓冲系统和肺、肾的调节来实现。肾通过排出酸性物质、重吸收碱性物质的方式来调节机体的酸碱平衡，还可通过控制酸性和碱性物质排出量的比例来维持酸碱平衡。

◆ 内分泌功能

肾可分泌多种激素并销毁许多多肽类激素。肾分泌的内分泌激素主要有血管活性激素和肾素、前列腺素、激肽类物质，既能参加肾内外血管舒缩的调节；又能生成1,25-二羟维生素 D_3 及红细胞生成素。

肾的这些生理功能主要可影响血流量、血液组成、血压调节、骨骼发育，并带有部分重要的代谢功能。因此，若有相关病变可引起发育异常、水肿或脱水、免疫系统的破坏，甚至导致死亡。

我们知道了肾的功能，现看看肾盂作为肾的一部分，主要起什么作用。肾盂是所有肾单位的肾小管集合的部位，用来把所形成的尿液集中起来，然后把

尿液输送到与肾盂连接的输尿管里面，由输尿管把尿液输送到膀胱，最后排出体外。简单地说来，肾盂就是用来集中尿液的。



泌尿系统的天然防御屏障

在正常情况下，人们一般不会发生泌尿系感染，因为机体的泌尿系统存在天然的防御屏障。正常情况下，尿道是一个无菌环境，完整的黏膜是防止细菌侵入泌尿系统的有力屏障。长期插入导尿管的患者易发生尿路感染，就是因为导尿管的置入常导致尿道黏膜损伤，破坏了尿道黏膜的天然屏障而引起尿路感染。

另外，男性和女性还存在各自独有的天然防御屏障。男性尿道起于膀胱的尿道内口终于阴茎头的尿道外口，为一细长的管状器官，长16~22cm，管径平均为5~7mm，尿道内腔除排尿和排精时扩张外，平时闭合呈裂隙状。男性细长而弯曲的尿道大大减少了泌尿系上行性感染的机会，因此，男性细长而弯曲的尿道也是男性较少发生泌尿系感染的天然屏障。女性尿道短而直，长仅2.5~5cm，平均为3.5cm，直径约为8mm，易于扩张，可达10~13mm，没有弯曲，在阴道之前耻骨联合之后，自膀胱颈部开始向下向前止于尿道口。女性的尿道短而直的生理结构，导致女性容易发生泌尿系感染。但是女性的尿道外口紧邻阴道口，正常成年女性在雌激素的作用下，阴道分泌物的液体是酸性的，这就使女性的外阴环境呈酸性。这种酸性环境是机体自我保护的一道天然屏障，可阻挡细菌的入侵，大大地减少了女性患泌尿系疾病的机会。



正常的尿液

尿液，俗称“小便”，是从人体中排出的一种液体，一般是黄色或无色。新鲜尿液具有特殊微弱芳香气味，放置过久被细菌污染后，呈氨味。食用辣椒、蒜以后，尿可带有臭味。严格来说，健康的正常人排出的尿中通常不含细菌，但排出后可能含少量正常非致病的菌类。正常尿液的主要成分是水，每100ml尿液含水95%、尿素1.8%、尿酸0.05%、无机盐1.1%，不含蛋白质、葡萄糖。当尿液的气味、颜色或者成分发生改变时，提示尿液异常，则需要到医院就诊，做进一步的检查。如尿液是水果味常见于糖尿病酮症；特殊臭味见于苯丙酮症；新鲜尿呈腐败性臭味常见于泌尿道细菌感染。如尿液中出现大量的白细胞提示有泌尿系感染，或结石、结核等；尿液中尿蛋白阳性提示可能是肾炎、肾病综合征等。