

百病防治问答丛书（插图本）

肾脏病

巫 斌 洪丰颖 郑 明

河南科学技术出版社

内 容 提 要

本书以问答形式介绍了肾脏的基本结构与功能，肾脏病的常见症状与实验室检查，常见肾脏病的防治，肾功能衰竭的防治，透析疗法与肾移植，以及肾脏的保养与肾脏病人的护理等。语言通俗易懂，内容简明实用，适合广大城乡群众阅读，是家庭必备的保健参考书。

百病防治问答丛书（插图本）

肾 脏 病

巫 斌 洪丰颖 郑 明

责任编辑 马艳茹

河南科学技术出版社出版

郑州市农业路73号

邮政编码：450002 电话：(0371) 5721450

河南郑州新星印刷有限公司印刷

河南省新华书店发行

开本：787×1092 1/32 印张：5.125 字数：111千字

1997年8月第1版 1997年8月第1次印刷

印数：1—23 000

ISBN 7-5349-2068-X/R·442 定价：6.90元

编委会名单

- 主 任** 刘照直 河南郑州《老人春秋》杂志主编
邮编 450002
- 丛书主编** 马文飞 河南省科普作家协会副理事长
邮编 450003
- 编 委** (以下按姓氏笔划为序)
- 朱文焕 天津《家庭育儿》杂志主编
邮编 300041
- 李 乔 上海科普出版社副总编辑 邮编 200030
《科学生活》杂志主编
- 陈正华 贵州贵阳《大众科学》杂志副主编
邮编 550002
- 陆钦尧 广西南宁《生活科学大观》杂志副主编
邮编 530022
- 张明华 山东济南《知识与生活》杂志主编
邮编 250002
- 依达也提 乌鲁木齐《新疆科普》杂志总编辑
邮编 830054
- 赵震东 北京《科学大观园》杂志主编
邮编 100081
- 俞朝霞 江苏南京《祝您健康》杂志副主编
邮编 210009

唐毓龙 江西南昌《知识窗》杂志主编
邮编 330002

寇秀荣 天津科技出版社副总编辑 邮编 300020
《科学与生活》杂志主编

谢昭光 浙江杭州《科学 24 小时》杂志副主编
邮编 310003

前 言

生理机能正常，没有缺陷和疾病，称之为健康。现在健康的内涵，又扩大了增加了有关心理和社会的内容。这已是众所周知的事，但要做到人人都拥有健康，却并非易事，也正因此，世界卫生组织提出了“到2000年人人享有健康”的目标。

健康，不但是个美妙的字眼，而且是实实在在最珍贵的财富。记得有位名人或不是名人的人说过，只有当你失去健康时，才会觉得健康的珍贵。是不是可以这样说，当你拥有健康时，应保护她、珍惜她，千万别失去她。我的一位朋友说过这样一句话：什么都可以有，就是别有病。最明白不过的了，有了病，当然就谈不上健康。

如果不幸染病上身，或者是因为生活方式的问题，使身体健康状况趋向不良，也应尽早发现或感觉到，尽早诊断并采取有效治疗手段或改善生活方式，使病魔得以被驱除而重新找回健康。

作为一个从医疗战线转行而成为出版社编辑的我，一直在寻找切入点，编辑出版一套既有新知识，又通俗易懂、贴近读者而得到读者青睐的医学保健防病治病的丛书。

“英雄所见略同”用在此处似乎很不恰当，我们这些人离“英雄”肯定有相当大的差距，但是“所见略同”的事却实实在在发生了：笔者所在出版社的领导非常支持出版这么一套丛书，我的新、老朋友——河南《老人春秋》杂志社主编刘照直和著名医学科普作家马文飞不但支持，而且身体力行，愿意担纲编辑出版此套丛书，设想很快变成了行动。

近几十年来，人类患心脏病、脑血管病、糖尿病等非传染性慢性病（当然也有急性发作）在明显增加，而目前医学上对这些疾病的治疗非常棘手。这就需要人们为了健康，学会自我发现、自我保护、自我处理等自我保健方法。有人将医学分为第一医学（临床医学）、第二医学（预防医学）、第三医学（康复医学）和第四医学（自我保健），我们编写这套丛书，就是期望用通俗易懂的

语言将这四种医学揉和在一起，以一种受人喜爱的面貌展现给广大读者，为每一位读者的健康，奉献我们这点有实用价值的心意。

需要强调的是，本丛书的作者分别服务于江苏、福建、湖北、广西、河南等地，他们中有工作在临床第一线的具有丰富防病治病经验的医生，也有颇具知名度的医学科普作家，他们的联手合作，可以使此书更适合读者口味，也就更有可能使此书成为读者保健的良师益友。

为了使此书更加生动活泼，使读者在一种欢娱的氛围中轻松地阅读，我们又邀请漫画家王慧侠女士加盟，为此丛书每一种配上10幅漫画，使之成为“插图本”，大大地增加了其可读性。除此，她设计的封面，也令人耳目一新。

此外，国内一些深受读者喜爱的生活科普类期刊的老总们，对此丛书的出版十分关注并给予了支持，在此一并致谢。这些期刊是上海《科学生活》、广西《生活科学大观》、天津《科学与生活》、天津《科学育儿》、山东《知识与生活》、北京《科学大观园》、江西《知识窗》、江苏《祝您健康》、贵州《大众科学》、浙江《科学24小时》、新疆《新疆科普》等。

南京军区福州总医院肾内科主任谢福安教授审阅了部分书稿，并提出了很好的意见，在此我们表示谢意。

我们联袂推出的这套丛书即将与读者见面了，我们怀着忐忑不安的心情，希望听到、看到读者的反映，包括建议和批评，使我们在今后的编辑出版实践中，能奉献出更好的作品。

本丛书编委会主任刘照直和丛书主编马文飞均十分繁忙，嘱我写一前言。我就不揣浅陋，捣鼓出这么一个东西。读者如能从中体会到我们的良苦用心，足矣！

赵怀庆

1997年5月26日·郑州

目 录

一、肾脏的结构与功能	(1)
1. 肾脏的外形和位置是怎样的?	(1)
2. 肾脏的内部结构是怎样的?	(1)
3. 肾脏是怎样生成尿液的?	(3)
4. 肾脏还有哪些其他功能?	(4)
5. 为什么说肾脏也是一个内分泌器官?	(5)
二、肾脏病的常见症状	(6)
6. 为什么说肾脏病的早期信号是水肿?	(6)
7. 为什么有肾脏病时血压也会升高?	(7)
8. 肾脏病患者也会感到腰痛吗?	(8)
9. 排尿异常就是肾脏有病吗?	(10)
10. 尿频是怎么一回事?	(11)
11. 什么是血尿?	(12)
12. 产生血尿的原因有哪些?	(13)
13. 尿蛋白是怎样产生的?	(14)
14. 为什么肾脏病会引起贫血?	(15)
15. 为什么晚期肾脏病患者常会发生呕吐?	(16)
三、肾脏病的实验室检查	(17)
16. 肾脏病时为什么要检查尿液?	(17)
17. 肾脏病患者如何正确留取尿液?	(17)
18. 尿量变化能反映肾脏疾病吗?	(18)

19. 尿液颜色变化是怎么回事? (18)
20. 检测尿比重和尿酸碱度有何用处? (19)
21. 尿蛋白定性、定量检查的主要意义是什么?
..... (20)
22. 尿糖阳性有哪些原因? (21)
23. 出现血尿、白细胞尿时应考虑哪些疾病? ... (22)
24. 什么叫管型? (22)
25. 什么情况下需要做爱迪氏(Addis)计数? (23)
26. 尿细菌学检查的方法有哪些? (23)
27. 尿细菌培养留取尿标本时要注意哪些问题?
..... (24)
28. 如何利用显微镜来判断血尿的来源? (24)
29. 肾功能检查有哪些? (26)
30. 什么叫内生肌酐清除率? (26)
31. 血肌酐、尿素氮升高能说明肾功能损害吗?
..... (27)
32. 判断肾脏大小有何意义? (28)
33. 超声检查在诊断肾脏疾病中有什么意义? ... (28)
34. 诊断泌尿系统疾病的X线检查方法有哪几种?
..... (29)
35. 肾脏CT检查有什么作用? (30)
36. 什么是肾活体组织检查法? (31)
37. 肾穿刺活检有什么临床应用价值? (31)
38. 肾穿刺活检会加重肾脏的损害吗? (32)
39. 哪些肾脏病患者应做肾穿刺活检? (32)
40. 哪些情况不能做肾穿刺活检? (34)

41. 肾穿刺活检有哪些并发症?	(34)
42. 如何避免肾穿刺活检并发症的发生?	(35)
四、常见肾脏病的防治	(36)
43. 常见的肾脏疾病有哪些?	(36)
44. 肾小球肾炎是由什么原因引起的?	(37)
45. 急性肾小球肾炎有哪些临床表现?	(38)
46. 急性肾小球肾炎有哪些化验项目的改变? ...	(38)
47. 怎样诊断急性肾小球肾炎?	(40)
48. 急性肾小球肾炎能治愈吗?	(40)
49. 怎样治疗急性肾小球肾炎?	(41)
50. 患了急性肾炎应卧床休息多长时间?	(42)
51. 肾炎患者绝对不能吃盐吗?	(42)
52. 肾炎患者是否需要摘除扁桃体?	(42)
53. 怎样预防肾炎?	(43)
54. 急性肾炎患者应采取哪些康复措施?	(43)
55. 对急性肾小球肾炎患者在饮食上有什么要求?	(44)
56. 急性肾小球肾炎患者可采用哪些食疗方法?	(46)
57. 什么是慢性肾小球肾炎?	(47)
58. 慢性肾炎有哪些临床表现?	(48)
59. 慢性肾炎可分为哪些临床类型?	(48)
60. 慢性肾炎患者为什么要做肾穿刺活检?	(49)
61. 哪些原因可导致慢性肾炎急性加重?	(50)
62. 慢性肾炎的经过是怎样的?	(50)
63. 慢性肾炎患者有哪些康复措施?	(51)

64. 慢性肾炎患者出现肾功能衰竭后还能逆转吗?	(52)
65. 慢性肾炎患者应如何保护残存的肾功能? ...	(52)
66. 对慢性肾炎患者在饮食上有何要求?	(53)
67. 慢性肾炎患者可采用哪些食疗方法?	(54)
68. 什么是急进性肾小球肾炎?	(56)
69. 哪些病因能引起急进性肾炎?	(57)
70. 急进性肾炎有哪些临床表现?	(57)
71. 急进性肾炎能治愈吗?	(58)
72. 临床怀疑急进性肾炎时为什么要做肾活检?	(58)
73. 怎样预防急进性肾炎的发生?	(59)
74. 什么是肾病综合征?	(60)
75. 肾病综合征在临床上是如何分类的?	(60)
76. 肾病综合征有哪些并发症?	(61)
77. 肾病综合征患者在饮食上应注意哪些问题?	(62)
78. 如何预防肾病综合征患者的病情反复?	(64)
79. 肾病综合征患者应用激素治疗时应注意哪些 问题?	(65)
80. 肾病综合征患者输注白蛋白、应用大剂量 利尿剂及抗生素有何利弊?	(66)
81. 什么是尿路感染?	(67)
82. 尿路感染的致病菌有哪些?	(67)
83. 哪些因素可诱发尿路感染?	(67)
84. 女性为什么易患尿路感染?	(68)

85. 尿路感染有哪些临床表现?	(70)
86. 急性肾盂肾炎有哪些临床表现?	(71)
87. 慢性肾盂肾炎有哪些临床表现?	(72)
88. 慢性肾盂肾炎是由急性肾盂肾炎发展而来的吗?	(72)
89. 如何治疗急性肾盂肾炎?	(73)
90. 如何治疗慢性肾盂肾炎?	(73)
91. 肾结石有哪些症状?	(74)
92. 怎样诊断肾结石?	(75)
93. 肾结石有哪些治疗方法?	(76)
94. 治疗肾结石有哪些食疗方法?	(76)
95. 如何预防肾结石?	(79)
96. 肾脏肿瘤有哪些?	(79)
97. 肾脏恶性肿瘤有哪些临床表现?	(80)
98. 肾脏恶性肿瘤的治疗方法有哪些?	(81)
99. 多囊肾有哪些临床表现?	(81)
100. 如何治疗多囊肾?	(82)
五、其他疾病与肾脏病	(83)
101. 什么是狼疮性肾炎?	(83)
102. 狼疮性肾炎有哪些临床表现?	(84)
103. 狼疮性肾炎的诊断标准是什么?	(85)
104. 在哪些情况下狼疮性肾炎需要做肾穿刺活检?	(85)
105. 狼疮性肾炎患者应如何进行生活调理?	(85)
106. 狼疮性肾炎活动期的临床表现有哪些?	(86)
107. 用糖皮质激素治疗狼疮性肾炎需多长时间?	

- (86)
108. 狼疮性肾炎在什么情况下不用糖皮质激素治疗?
..... (86)
109. 环磷酰胺能治疗狼疮性肾炎吗? (87)
110. 什么情况下用血浆置换疗法治疗狼疮性肾炎?
..... (87)
111. 治疗狼疮性肾炎还有哪些方法? (88)
112. 狼疮性肾炎的预后如何? (88)
113. 什么是糖尿病性肾病? (89)
114. 糖尿病性肾病是如何发展的? (89)
115. 糖尿病性肾病有哪些临床表现? (90)
116. 如何早期发现糖尿病性肾病? (91)
117. 如何安排糖尿病性肾病患者的饮食? (92)
118. 如何治疗糖尿病性肾病? (92)
119. 糖尿病性肾病患者的生存期有多长? (94)
120. 什么是过敏性紫癜肾炎? (95)
121. 过敏性紫癜肾炎有哪些全身表现? (95)
122. 过敏性紫癜肾炎肾脏受累的表现有哪些? (96)
123. 如何治疗过敏性紫癜肾炎? (96)
124. 过敏性紫癜肾炎能治好吗? (97)
125. 肾脏疾病与肝脏疾病有什么关系? (97)
126. 病毒性肝炎会引起肾小球肾炎吗? (97)
127. 乙型肝炎病毒相关性肾炎是怎么一回事? ... (98)
128. 什么是肝肾综合征? (98)
129. 肝硬化时肾脏有什么变化? (99)
130. 肾脏病与高血压有何关系? (99)

131. 肾血管性高血压是怎么回事?	(100)
132. 高血压患者如何自我监测肾脏情况?	(101)
133. 高血压性肾损害在治疗上应注意什么?	(101)
六、肾功能衰竭的防治	(102)
134. 什么是急性肾功能衰竭?	(102)
135. 急性肾功能衰竭的临床表现是怎样的?	(103)
136. 哪些疾病能发展为慢性肾功能衰竭?	(103)
137. 慢性肾功能衰竭有哪些临床表现?	(104)
138. 为什么慢性肾衰患者会出现皮肤瘙痒?	(106)
139. 为什么慢性肾衰患者口中会发出臭味?	(106)
140. 为什么慢性肾衰患者晨起恶心加重?	(107)
141. 为什么慢性肾衰患者尿蛋白减少?	(107)
142. 什么是尿毒症?	(108)
143. 慢性肾功能不全患者尿量减少时要考虑 哪些因素?	(108)
144. 如何预防慢性肾功能衰竭的发生?	(109)
145. 慢性肾功能衰竭是不治之症吗?	(110)
146. 慢性肾衰患者要不要限盐?	(110)
147. 慢性肾功能衰竭患者为什么要采取优质 低蛋白饮食?	(111)
148. 为什么尿毒症患者要控制磷的摄入量?	(112)
149. 慢性肾功能衰竭有哪些非透析疗法?	(113)
150. 中医中药如何治疗慢性肾功能衰竭?	(113)
151. 什么是尿毒症的“肠道清除”疗法?	(115)
七、透析疗法与肾移植	(116)
152. 什么是透析疗法?	(116)

153. 什么是腹膜透析?	(116)
154. 哪些患者需要做腹膜透析?	(117)
155. 哪些患者不宜做腹膜透析?	(118)
156. 腹膜透析患者出现哪些情况应怀疑是腹膜 感染?	(118)
157. 血液透析是怎么一回事?	(119)
158. 血液透析是怎样进行的?	(119)
159. 怎样决定血液透析的时数?	(120)
160. 血液析过程中可能出现哪些不良反应?	(121)
161. 血液透析患者需要什么样的饮食?	(122)
162. 血液透析患者是否要限水、限盐、限钾?	(122)
163. 血液透析患者能否重返工作岗位?	(123)
164. 血液透析与腹膜透析有何异同?	(124)
165. 什么是肾移植?	(126)
166. 哪些患者适合做肾移植?	(127)
167. 哪些患者不能做肾移植?	(127)
168. 肾移植受者需具备哪些条件?	(127)
169. 肾移植前是否需切除病肾?	(128)
170. 肾移植前应做哪些准备工作?	(128)
171. 供肾是怎样植入受者体内的?	(129)
172. 肾移植术后哪些表现是移植成功的标志?	(129)
173. 肾移植术后可能出现哪些排异反应?	(130)
174. 肾移植术后可能会出现哪些并发症?	(131)
八、保养与护理	(132)
175. 怎样保养好肾脏?	(132)

176. 为什么肾脏病患者要学会调养情志? …… (134)
177. 肾脏病患者如何掌握水的入量? …… (135)
178. 肾脏病患者如何掌握盐的食用量? …… (135)
179. 肾脏病患者可以参加体育锻炼吗? …… (136)
180. 肾脏病患者可以练气功吗? …… (136)
181. 肾脏病患者在练气功时应注意哪些问题? …… (138)
182. 怎样练习“服黑气功”? …… (138)
183. 怎样练习“闭气入静功”? …… (139)
184. 怎样练习“强肾体操”? …… (139)
185. 为什么要定期检查尿液? …… (140)
186. 为什么得了肾脏病要早做治疗? …… (141)
187. 怎样做好肾脏病患者的家庭护理? …… (141)
188. 慢性肾衰患者应如何做好皮肤护理? …… (142)
189. 肾脏病患者可以结婚吗? …… (143)
190. 肾脏病患者能否过性生活? …… (143)
191. 肾脏病患者过性生活时应注意哪些问题? …… (144)
192. 妊娠期肾脏和尿路有什么改变? …… (145)
193. 妊娠对原有肾脏疾病有何影响? …… (146)
194. 肾脏病患者能怀孕吗? …… (146)
195. 慢性肾炎患者妊娠后应注意什么问题? …… (147)
196. 狼疮性肾炎患者能否妊娠? …… (148)

一、肾脏的结构与功能

1. 肾脏的外形和位置是怎样的？

肾脏的外形像蚕豆，内侧有一深凹陷，医学上叫肾门，是肾动脉、肾静脉、输尿管、淋巴管和神经等出入的地方。肾脏依靠筋膜固定在腹后壁上，上端有1个很小的肾上腺。肾脏外面有2层保护膜，外层是脂肪囊，内层是肾纤维膜。

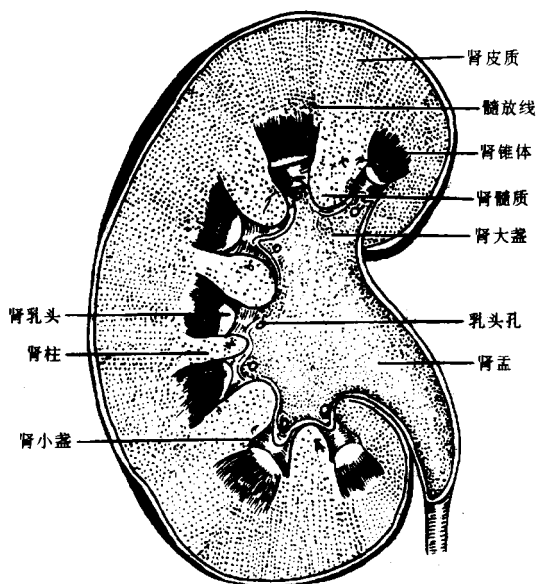
正常人的肾脏是红褐色的，外表很光滑。一般左肾较长，右肾较宽而短。正常成年人每个肾脏长为10~12厘米，宽5~6厘米，厚度为3~4厘米，每个肾脏重115~150克。

肾脏位于腹后壁、脊柱两旁，左右各1个，肾脏的上缘与第11、第12胸椎同高，下缘可达第3腰椎。正常右肾位置比左肾低半个椎体，肾脏可随呼吸上下移动1~2厘米。体格检查时，有时可以扪及肾下极。

2. 肾脏的内部结构是怎样的？

如果把肾脏纵切分为前后两半，就可以看到颜色不同的2部分，如图。

偏于表层的部分，厚度为0.5~1厘米，呈红褐色，其中可看到密布着细小的颗粒，呈红色点状，叫做肾皮质。肾皮质质地软，密度均匀，里面布满了许多制造尿液的特殊“机器”，医学上称它为肾单位，又叫肾小球和肾小管。2个肾脏共有300万个左右的肾小球，每个肾小球的外面都包绕着一个囊状物，称肾小球囊，它又与肾小管相连接。肾小球很小，借助显微镜才能看清楚。它的外表似球状，实质上它



肾脏的内部结构

是一团曲曲折折的毛细血管网。它连着2条血管，一条叫入球动脉，是进入肾门处肾动脉的小分支；另一条叫出球动脉。全身的血液先后都必须进入肾小球内予以过滤。

偏于内侧的部分，厚度为2~3厘米，呈淡红色，叫做肾髓质。其中可以看到10~20个底朝外、尖朝内的锥体样结构，十分致密而且有光泽，医学上称其为肾锥体，它的尖端又称为肾乳头，2~3个肾锥体共同形成1个肾乳头。肾乳头上有10~30个排列呈筛子状的小孔，叫做“乳头孔”，肾脏内形成的尿液就是通过这些小孔排出的。每个肾乳头开口处有1个像漏斗状的肾小盏，2~3个肾小盏形成1个肾