

肾脏病保健系列丛书

慢性肾衰竭透析及移植患者 生活指南

王 钢 朱晓雷 仲 昱 编 著



南京大学出版社

05-14
3

慢性肾衰竭透析及 移植患者生活指南

著

南京大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

慢性肾衰竭透析及移植患者生活指南/王钢,朱晓雷,
仲星编著. —南京:南京大学出版社,2003.3
(肾脏病保健系列丛书)
ISBN 7-305-04009-6

I.慢… II.①王… ②朱… ③仲… III.①慢性病:
肾功能衰竭—透析疗法—问答 ②肾—移植术(医学)
—问答 IV.①R692.505-44 ②R699.2-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 013096 号

丛 书 名	肾脏病保健系列丛书
书 名	慢性肾衰竭透析及移植患者生活指南
编 著 者	王钢 朱晓雷 仲星
出版发行	南京大学出版社
社 址	南京市汉口路 22 号 邮编 210093
电 话	025-3596923 025-3592317 传真 025-3303347
网 址	http://press.nju.edu.cn
电子函件	nupress1@public1.ptt.js.cn
经 销	全国各地新华书店
印 刷	南京爱德印刷有限公司
开 本	850×1168 1/32 印张 8 字数 200 千
版 次	2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月第 1 次印刷
印 数	1-5000
ISBN	7-305-04009-6/R·142
定 价	15.00 元

* 版权所有,侵权必究

* 凡购买南大版图书,如有印装质量问题,请与所购
图书销售部门联系调换

作者简介



王钢，医学博士，毕业于南京中医药大学，从医32年，三次赴日本东京大学、北里大学肾中心研修及合作研究。现任南京中医药大学内

科教授，博士生导师，江苏省中医院全国中医肾病重点学科、医疗中心主任、学术带头人，国家中医药管理局中医肾病三级实验室主任，江苏省“135”中医肾病学重点学科带头人，国家药品监督管理局新药评审委员，中国中医药学会中医肾病专业委员会副主任委员，华东地区暨江苏省中医肾病专业委员会主任委员，享受国务院特殊津贴专家，江苏省名中医。主编学术专著8部，发表学术论文102篇。科研成果获部省级科技进步二等奖三项，三、四等奖五项，目前主持负责国家“十五”攻关课题一项，国家自然科学基金课题两项，部省级课题多项。业务擅长：中医、中西医结合治疗慢性肾炎、IgA肾病、慢性肾功能衰竭、糖尿病肾病、难治性尿路感染。

作者简介



朱晓雷，毕业于南京中医药大学，医学硕士，现任江苏省中医院肾内科主治医师。发表学术论文4篇，参与国家自然科学基金课题一项。



仲昱，毕业于南京中医药大学，中医博士学位在读。跟随导师王钢教授从事中医肾脏病学研究及医疗工作。参编学术著作3部，发表学术论文6篇，参加多项国家、部省级课题。科研成果获部省级科技进步二等奖一项。

前 言

慢性肾功能衰竭是国内外常见病和多发病,每年百万人中约有 100 ~ 200 人由于肾脏病变发展到肾功能衰竭。慢性肾功能衰竭由于是多种肾脏疾病(原发或继发)发展到最后而“殊途同归”的共同结局,肾功能逐渐丧失至全无,故其死亡率非常高,在我国慢性肾功能衰竭的死亡率占到人群死亡率的 10%,可见其对人类的身体健康危害甚大。并且本病的慢性过程有的很漫长,甚至是终生过程,对患者及其家属造成了巨大的思想压力,同时终末期肾衰尿毒症的肾脏替代治疗,给患者心理造成严重创伤,加上高额费用亦造成了一个家庭沉重的经济负担。因而积极开展肾功能衰竭的防治工作,普及医疗知识,从各个环节采用最积极措施延缓慢性肾衰的病程进展,对患者及家属有着更为积极的意义。

从临床诊治慢性肾功能衰竭的现况,更需要我们在“三分治疗、七分调养”的调养方面高度重视和采取积极措施。因为我们面临的是世界医学界尚未攻克的“尿毒症”顽疾。尽管从我的老师全国中医肾病的奠基人邹云翔教授 50 年代起就开始研究此病,他在全中国首先成立了肾脏病研究组,首先开创了用“冬虫夏草治疗尿毒症”(中医肾病疗法,江苏人民出版社,1955,P94);首次试用大黄创救成功了尿毒症(严重尿中毒中医治疗一得,江苏人民出版社,1959 年)。直到 21 世纪的今天,我自己作为国家中医药管理局全国中医肾病重点学科、医疗中心、重点实验室的学科带头人,带领这个团队,应用中医中药挽救了千百上万个慢性肾衰患者的生命,但我们还在为攻克这一顽疾努力!努力!再努力!其中普及对慢性肾衰防治的科普知识亦是我们努力攻关的一个部分。让患者充分地认识疾病,观察病情,学会如何就诊、阅读化验单,理解疾病治疗的规律和药物的副作用,进行合理的低蛋白饮食疗法,控制血压,不轻信广告不实宣传,

从各个环节采用最积极措施延缓慢性肾衰的病程进展,另一方面要使患者能摆正自己的位置,鼓起信心和勇气,不被疾病压垮。在面对疾病时争取到更多的主动性,更好地配合医生治疗,更好地提高生活质量,恢复到正常人生活、工作之中去。

本书是针对慢性肾衰代偿期、氮质血症期、衰竭期、尿毒症前期、终末期尿毒症、血液透析、腹膜透析、肾脏移植各阶段临床患者和家属常常咨询的比較重要问题,以及医生必须告知患者注意的问题,采用简问简答的形式,进行系统介绍的专病科普书。如什么叫慢性肾功能衰竭?慢性肾衰是不治之症吗?慢性肾衰会遗传吗?慢性肾衰患者能过性生活吗?慢性患者能吃豆制品吗?是不是吃猪腰子就能补人腰子?慢性肾衰感冒后该选择什么药治疗?晚期尿毒症患者什么时候、怎样选择血透、腹透、肾移植?回答的方式力求完全、准确,代表最新研究进展,通俗易懂,简便实用。其中一半是我们肾脏病医生非常想向慢性肾衰患者详细交待的问题,一半是患者及家属方面非常想询问的实际问题。临床医生很忙,患者的心情很焦急,病情也各种各样,希望能通过此书达到相谈、交流、普及有关慢性肾衰非透析疗法、透析、移植患者的生活指南知识。

因为第一册《肾脏病患者生活指南》已经出版了一年了,很多很多肾衰患者常问《慢性肾衰竭透析及移植患者生活指南》一书何时出版,今天我与我的博士、硕士以及肾脏科全体人员共同完成了此书的编写,目的是为了充分发挥病人和家属的积极作用,普及预防、护理、生活、调养、饮食等常识,共同战胜尿毒症顽疾,不足之处敬请不吝指教,以便在今后工作中不断改进。

愿此书成为您的朋友!

愿每一位肾衰患者早日康复!

王 钢

2003年3月

目 录

一、肾脏病的基本知识	(1)
1. 什么是肾脏?它位于人体的什么部位?大致形态有什么特点	(1)
2. 人有两个肾脏,它有什么功能呢	(1)
3. 如果只有一个肾脏,人能存活吗	(3)
4. 孤立肾及独肾应注意什么问题	(4)
5. 肾脏从什么时候开始衰老	(5)
6. 老年人常感到排尿困难是慢性肾功能衰竭吗	(5)
7. 老年人半夜多次上厕所,这是肾功能不好吗	(6)
8. 肾功能衰竭是否就是肾亏	(7)
9. 早泄和遗精是否就是肾功能衰竭	(7)
10. 不育是否就是肾功能衰竭	(7)
11. 出现水肿就是肾的功能不好吗	(8)
12. 高血压会损害肾脏,怎样才能监测肾脏损害情况呢	(8)
13. 夫妻性生活和怀孕是否有加重肾功能衰竭的危险性呢	(9)
14. 药物性肾损害有哪些表现	(10)
15. 肾脏受到药物损害的机理是什么	(11)
16. 怎样才能避免药物性肾损害呢	(12)
二、慢性肾功能衰竭的生理、病理常识	(14)
17. 什么叫慢性肾功能衰竭	(14)

18. 慢性肾功能衰竭的发病率如何 (14)
19. 肾功能衰竭有几种 (15)
20. 慢性肾功能衰竭时,肾脏发生了哪些变化 (15)
21. 尿毒症时体内蓄积的毒性物质有哪些呢 (16)
22. 健康人仅仅因为感冒有时也会引起肾功能衰竭吗 (17)
23. 小时候生过肾炎,今后会发展成慢性肾功能衰竭吗 (17)
24. “年轻时反复患尿路感染的人容易肾功能衰竭”的说法正确吗
..... (18)
25. 父亲因为肾衰而接受透析治疗,子女将来是否也会像父亲一
样呢 (19)
26. 慢性肾衰患者尿蛋白减少,患者很高兴,医生却说不容乐观,
为什么呢 (19)
27. 慢性肾衰患者为什么有的多尿,有的却少尿 (20)
28. 慢性肾衰患者为什么会出现晨起恶心,或恶心加重 (21)
29. 贫血去看血液科医生,告之是肾衰竭引起的贫血,这与普通
贫血不同吗..... (21)
30. 一男性慢性肾功能衰竭患者出现乳房肿大,这是什么原因呢
..... (22)
31. 肾功能衰竭患者为什么大多都会出现高血压..... (23)
32. 慢性肾功能衰竭患者为什么会出现皮肤瘙痒..... (23)
33. 慢性肾功能衰竭患者皮肤上为什么会出现尿素霜 (24)
34. 口中出现氨味,请注意是否发展到尿毒症 (24)
35. 慢性肾功能衰竭患者为什么会发生肌肉抽搐..... (24)
36. 内分泌在慢性肾衰时出现哪些紊乱 (25)
37. 慢性肾衰患者为什么会出现动脉硬化,血脂代谢有何异常
..... (27)
38. 慢性肾衰患者为什么会发生继发性甲状旁腺功能亢进 (27)
39. 慢性肾衰患者特别容易并发尿路感染,且难以治愈,这是为什

么呢	(28)
40. 有些癌症患者发现自己尿检异常,甚至肾功能进行性减退, 这是为什么呢	(29)
41. 肾错构瘤是良性肿瘤,但也会引起肾功能衰竭,它有什么特点呢	(31)
42. 怀孕为什么会增加肾功能衰竭的危险性呢	(30)
43. 患了慢性肾功能衰竭,夫妻还能过性生活吗	(32)
三、慢性肾功能衰竭相关的检验常识	(33)
44. 常用的肾功能检查有哪些	(33)
45. 怎样看肾功能检查报告单	(33)
46. 什么叫肌酐清除率(Ccr)	(34)
47. 为什么要查血肌酐、尿素氮,为什么要计算并记录肌酐倒数 (1/Scr)	(35)
48. 老年人的血尿素氮、血肌酐及内生肌酐清除率有什么变化	(36)
49. 血肌酐正常能说明肾功能正常吗	(36)
50. 什么是尿比重,尿比重异常提示了什么	(37)
51. 慢性肾功能衰竭时尿渗透压与尿比重有何不同	(38)
52. 什么是 FDP,尿中为什么会出现 FDP,它与慢性肾功能衰竭的 关系怎样	(38)
53. 什么是溶菌酶,肾病检测溶菌酶有何意义	(40)
54. 什么是 NAG,有何意义	(40)
55. 慢性肾功能衰竭患者出现血沉增快,是得了风湿病吗	(41)
56. 何谓肾性糖尿,是患了糖尿病吗	(42)
57. 慢性肾功能衰竭患者为什么会出现高血糖或低血糖	(42)
58. 慢性肾功能衰竭患者为什么要观察血钙、血磷的变化	(42)
59. 血钾对慢性肾衰患者为什么很重要	(43)
60. 慢性肾功能衰竭患者的血钠有哪些改变	(43)

61. 二氧化碳结合力为什么在慢性肾衰时总是下降呢 (44)
62. 慢性肾功能衰竭患者尿常规检查有何特征性改变 (44)
63. 肾功能不好,能做静脉肾盂造影吗 (45)
64. B超检查发现肾脏已缩小,肾脏多大为正常,多小就属难治呢
..... (45)
65. 患者已确诊为慢性肾衰,医生说要常规进行B超检查,为什么呢
..... (46)
66. 多发性肾囊肿与肾积水都是慢性肾衰的常见原因,B超上如何
鉴别 (47)
67. CT在诊断慢性肾功能衰竭中作用如何 (48)
68. 什么叫同位素肾图 (48)
69. 尿毒症性心包炎的X线胸片特点是什么 (49)
70. 尿毒症性肺炎的X线改变有哪些 (50)
71. CT、MRI等广泛运用,泌尿系腹部X线平片有应用价值吗
..... (50)
72. 肾CT、核磁共振检查能解决什么问题,不能解决哪些问题
..... (52)
73. 慢性肾功能衰竭患者有必要进行肾穿刺病理检查吗 (52)
74. 得了慢性肾炎,总怕会发展成慢性肾衰,有什么敏感的检查吗
..... (53)
75. 拿到肾功能检查结果后,仅凭数据就能说明肾功能的好坏吗
..... (54)
- 四、慢性肾功能衰竭的诊断常识 (56)
76. 如何早期发现慢性肾功能衰竭 (56)
77. 哪些疾病可引起慢性肾功能衰竭 (57)
78. 慢性肾功能衰竭常被误诊为哪些疾病 (57)
79. 病人出现哪一种或哪几种症状应想到是肾功能衰竭 (58)
80. 为什么有些病人一起病就诊断是慢性肾功能衰竭 (59)

81. 促使慢性肾功能衰竭进展的因素有哪些	(59)
82. 哪些是慢性肾功能衰竭发展过程中的可逆因素	(60)
83. 慢性肾功能衰竭有哪些并发症	(60)
84. 有时听人说“慢性肾功能衰竭”,又有人说“尿毒症”,它们是一回事吗	(61)
85. 很想知道自己的肾功能减退到什么程度,相当于哪一期	(61)
86. 什么叫尿毒症面容	(63)
87. 尿毒症就是指尿素素潴留吗	(63)
88. 尿毒症时病人会有什么临床表现	(64)
89. 已经诊断为慢性肾功能衰竭,医生还要寻找病因,这有什么意义呢	(66)
90. 慢性肾衰为什么会出现代谢性酸中毒,有什么临床表现呢	(67)
91. 继发性甲状旁腺亢进临床表现如何,怎样诊断	(68)
92. 糖尿病都会引起慢性肾功能衰竭吗	(68)
93. 患糖尿病后一般多长时间会发展为慢性肾功能衰竭	(68)
94. 狼疮性肾炎有何临床特点,会引起慢性肾功能衰竭吗	(69)
95. 患肾盂肾炎就会发展为慢性肾功能衰竭吗	(70)
96. 肾、输尿管结石能引起慢性肾功能衰竭吗	(70)
97. 多囊肾有哪些症状和表现,会发展为慢性肾功能衰竭吗	(70)
98. 尿酸性肾病有哪些临床表现,会发展成为慢性肾功能衰竭吗	(71)
99. 哪种肾功能衰竭与妊娠分娩有关	(72)
五、慢性肾功能衰竭治疗的一般常识	(74)
100. 有人说“慢性肾功能衰竭和癌症一样是不治之症”,是这样吗	(74)
101. 病人一听说肾衰就没有信心了,只有选择透析或肾移植,真的吗	(74)

102. 病情已经发展到尿毒症,可是病人还想保守治疗,这可能吗
..... (76)
103. 医生说“为了不加重肾脏负担,要多休息”,是指不上班了吗
..... (76)
104. 慢性肾功能衰竭患者究竟应该怎样限水、限盐 (77)
105. 我得了慢性肾衰,进行无盐饮食,但医生说不该完全忌盐,
为什么呢 (77)
106. 为什么一定要重视慢性肾功能衰竭患者高血压的治疗 (78)
107. 在治疗中一直稳定的肾功能,突然又遇到血肌酐升高,该怎
么办 (79)
108. 慢性肾功能衰竭时的用药注意事项有哪些 (80)
109. 慢性肾衰患者常患感冒而加重病情,用什么方法和药物防治
最好 (81)
- 六、慢性肾功能衰竭治疗中的西药常识** (83)
110. 血管紧张素转换酶抑制剂(ACEI 制剂)具有延缓肾衰进展作
用吗 (83)
111. ACEI 制剂最常见的副作用有哪些 (83)
112. 血肌酐在 $132 \sim 300 \mu\text{mol/L}$ 的慢性肾衰患者能继续服用 ACEI
制剂吗 (84)
113. 血管紧张素 II 受体拮抗剂有哪几种,与 ACEI 制剂对比有哪
些优缺点 (84)
114. 给你介绍价格最便宜的几种有效且对肾功能无损害的降压药
..... (85)
115. 慢性肾衰采用必需氨基酸疗法或 α -酮酸疗法有哪些好处
..... (86)
116. 包醛氧化淀粉是什么药,对慢性肾功能衰竭有什么作用 ... (86)
117. 慢性肾功能衰竭病人为什么要常服小苏打,有时还要静注
小苏打 (87)

118. 慢性肾功能衰竭时要补钙吗·····	(87)
119. 促红细胞生成素(EPO)能治疗慢性肾功能衰竭贫血吗 ···	(88)
120. 为什么使用 EPO 后肾性贫血改善不明显,什么原因造成的呢 ·····	(89)
121. EPO 治疗的同时为什么需要补铁,可用哪一种铁剂 ·····	(90)
122. EPO 副作用产生后该如何消除 ·····	(90)
123. 怎样治疗慢性肾功能衰竭时继发性甲旁亢 ·····	(90)
124. 慢性肾衰合并感染,给你介绍低、中、高三种价格常用抗菌素 ·····	(91)
七、慢性肾功能衰竭治疗中的中药常识 ·····	(93)
125. 慢性肾功能衰竭采用中医中药治疗有什么优点 ·····	(93)
126. 书本上讲慢性肾衰不可逆,有些广告说能包治好,果真偏方可 气死名医吗·····	(95)
127. 中药会让病肾中毒更深吗,会使血钾升高吗 ·····	(97)
128. 大黄对慢性肾功能衰竭有治疗作用吗 ·····	(100)
129. 慢性肾功能衰竭患者如何服用人参 ·····	(101)
130. 冬虫夏草真是治疗慢性肾功能衰竭有效的秘方吗?给你介 绍最佳服用法 ·····	(102)
131. 听说吃猪腰子能补肾,慢性肾功能衰竭患者可以常吃猪腰 子吗 ·····	(103)
132. 慢性肾功能衰竭患者月经过多时怎样配合用中药 ·····	(103)
133. 保肾片为什么治疗慢性肾功能衰竭患者有效 ·····	(104)
134. 中药保留灌肠治疗慢性肾功能衰竭的方法及适应症 ·····	(104)
135. 如何用中药外敷法治疗慢性肾功能衰竭 ·····	(105)
136. 慢性肾功能衰竭皮肤瘙痒的内服外治方法有哪些 ·····	(106)
137. 有哪些治疗肾功能衰竭合并水肿的单验方·····	(107)
138. 有时服降压药常感不适,有治疗肾性高血压的单验方吗 ·····	(107)

139. 慢性肾衰常合并高尿酸血症,介绍实用的降尿酸饮食及验方
..... (107)
140. 治疗尿毒症患者恶心呕吐的开胃药膳有哪些 (108)
141. 慢性肾衰患者常易感冒又怕西药,给你介绍无副作用的中
药治感冒方 (109)
142. 试试中药药浴,治疗慢性肾衰水肿、高血压、皮肤瘙痒 (109)
143. 患慢性肾衰后就一直要吃煎煮的中药吗,什么时候可服用
何种中成药 (112)
- 八、慢性肾功能衰竭的饮食疗法常识 (114)**
144. 听说慢性肾衰只用饮食疗法就能控制病情,是真的吗 (114)
145. 对糖尿病患者来说,不遵守饮食疗法就会发展成慢性肾衰,
是这样吗 (116)
146. 医生说要限制蛋白,蛋白质摄入过多时肾脏病为什么会恶化
呢 (118)
147. 医生说尽量减少蛋白质摄入,减少蛋白质摄入的标准是什么
..... (119)
148. 医生说最好把每天摄入的蛋白质减少到 20 g 以下,这样太少
了吗 (120)
149. 应该选择含高效价蛋白的食物,什么是高效价蛋白,它又指
哪些食物呢 (121)
150. 各种食物中含有多少蛋白质,可以马上知道吗 (123)
151. 医生说应该选择低蛋白、高热量的食物,高热量食物是否会
导致肥胖呢 (124)
152. 有不增加食物中摄取的蛋白质又能提高饮食热量的窍门吗
..... (125)
153. 长期低蛋白饮食疗法中,有没有蛋白质摄入过多的明确指标
..... (129)
154. 为什么摄入过多蛋白质会使尿素氮升高 (130)

155. 长期低蛋白饮食疗法中会出现身体疲倦,这是营养失调吗
..... (131)
156. 为什么慢性肾功能衰竭患者不宜食用豆制品食物 (132)
157. 听说喜欢吃咸的人容易患肾脏病,自己又偏爱咸食,怎么办呢
..... (133)
158. 如果过量摄入食盐会加速肾功能衰竭的发展吗 (134)
159. 朋友中有因为肾衰进行饮食疗法,听说却没有要求限制食盐,
为什么呢..... (135)
160. 医生说每天摄入的食盐量应减少到5克以下,是不是太少了
..... (136)
161. 教你合理而又能提高低盐饮食疗效的窍门..... (139)
162. 想知道如何巧妙地限制食盐,可以教给你好办法 (141)
163. 秋石是否可以代替食盐 (143)
164. 在慢性肾衰的饮食疗法中,为了不使肾功能恶化,是否连
水分也最好限制呢 (143)
165. 怎样计算日常食物中的含水量 (144)
166. 如何掌握膳食中的钾盐含量 (146)
167. 听说慢性肾功能衰竭患者连新鲜蔬菜、水果都要限制,是真
的吗 (146)
168. 很多人都喜欢吃甜食,在饮食疗法中偶尔吃一点行吗 (148)
169. 自己的饭量大,由于饮食限制每天总感到饥饿,有不饿的窍门吗
..... (149)
170. 有时因工作原因经常在外吃饭,如何坚持饮食疗法呢 (150)
171. 为了省时间而经常吃冷冻食品和半成品,是否符合饮食疗
法的要求呢 (151)
172. 开始用淀粉制品时,口感不好且难以下咽,为了治疗是否只
有忍耐呢..... (151)
173. 慢性肾衰饮食疗法的要求很严,很多人中途失败,有坚持不懈

- 的窍门吗..... (152)
174. 教你如何了解一些检查指标,并判断饮食疗法是否有效果
..... (155)
175. 进行低蛋白饮食疗法有时没有食欲,怎么办呢 (157)
176. 教慢性肾功能衰竭患者几种饮食烹调的好手艺 (159)
177. 慢性肾衰患者在进行饮食疗法时,怎样记录每天的饮食情况呢 (160)
178. 你会给尿毒症患者设计一天的食谱吗 (161)
179. 你会给慢性肾功能衰竭患者设计一天的食谱吗 (162)
180. 你会给慢性肾功能衰竭患者设计一周的示范食谱吗 (163)
- 九、慢性肾功能衰竭进行血液透析的常识** (164)
181. 何谓血液透析 (164)
182. 慢性肾功能衰竭患者什么时候应开始血液透析治疗 (164)
183. 血液透析有没有年龄限制..... (165)
184. 哪些患者适宜血液透析 (165)
185. 哪些患者不适宜血液透析..... (166)
186. 患尿毒症到晚期了,有的医生让我血透,有的叫我腹透,
该如何选择 (167)
187. 血液透析前患者与医生应做哪些准备工作..... (168)
188. 请简要告诉我血透机、血透器、血透液、反渗水系统的功能
..... (168)
189. 血液透析患者为什么要造瘘,怎样保护动、静脉瘘 (169)
190. 为什么血液透析病人造瘘侧前臂不能测血压 (171)
191. 急诊血液透析患者在股静脉或颈内静脉留置了管子如何护理
..... (171)
192. 血液透析为什么要用肝素或低分子肝素 (172)
193. 血液透析过程中有无危险,可能出现哪些不良反应..... (172)
194. 什么叫干体重,如何达到理想干体重 (173)