

临床护理宣教手册

JIANKANG

泌尿系疾病 健康教育

MINIAOXI JIBING JIANKANG JIAOYU

主编/范静 张景云



军事医学科学出版社

临床护理宣教手册

泌尿系疾病 健康教育

主 编：范 静 张景云

副主编：向军琳 吴佳伟 吴 琼

编 委：（以姓氏笔画为序）

丁 蕾 朱 静 吴小敏 张 岩 张俊明
张 莉 张 雪 张 莹 李晓娜 林淑兰
宋洪娟 杨 凤 杨春艳 胡文萍 侯彦卫
郭 伟 谢 辉

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

泌尿系疾病健康教育 / 范静, 张景云主编.

(临床护理宣教手册)

—北京: 军事医学科学出版社, 2012.11

ISBN 978-7-5163-0092-3

I. ①泌… II. ①范… ②张… III. ①泌尿系统疾病—护理—问题解答 ②泌尿系统疾病—防治—问题解答 IV. ①R473.6-44②R69-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第285327号

策划编辑: 李 玫 责任编辑: 李 玫

出 版 人: 孙 宇

出 版: 军事医学科学出版社

地 址: 北京市海淀区太平路27号

邮 编: 100850

联系电话: 发行部: (010) 66931049

编辑部: (010) 66931039, 66931038, 66931053

传 真: (010) 63801284

网 址: <http://www.mmssp.cn>

印 装: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂

发 行: 新华书店

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

印 张: 4.5

字 数: 113千字

版 次: 2013年5月第1版

印 次: 2013年5月第1次

定 价: 20.00元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者, 本社发行部负责调换

前言

作为人体的第一大排毒系统，泌尿系统的很多疾病直接危害人体的生命健康。近年来，泌尿系统疾病由于其发病率高、易反复、危害大等特点，引起了医学界的广泛关注。但由于人们种种认识和行为上的偏差，导致不当或过度诊疗，往往加速了病情的恶化。本书作者均为在临床一线工作多年的护理人员，将专业知识和宝贵的临床经验加以总结，以期传递正确的泌尿系统疾病护理理念，使专业和非专业人士都能从中获益。提高生命质量，是我们编写此书的初衷。

本书涵盖了泌尿系统常见疾病护理与自我保健的重要内容和进展，详尽地介绍了如何进行诊断治疗、营养康复、自我保健等知识，并提供了重要的养生指南。全书将泌尿内科系统和泌尿外科系统不同的疾病以问答的形式叙述，语言通俗易懂，简明扼要、重点突出、科学实用、条理清晰，大大方便了广大读者朋友对所需内容的查询。该书可供医护工作者学习参考使用，也可作为大众预防保健类读物。

编者
2013年1月

原发性肾病综合征

什么是原发性肾病综合征?	1
原发性肾病综合征有哪些临床表现?	1
原发性肾病综合征有哪些并发症? ...	1
肾病综合征易发生感染的原因有哪些?	1
肾病综合征何时需警惕低钠血症的可能?	1
肾病综合征患者出现低血容量休克有哪些临床表现?	2
原发性肾病综合征存在哪些护理问题?	2
肾病综合征患者的日常护理有哪些?	2
肾上腺皮质激素治疗肾病综合征时有哪些不良反应?	3
如何预防肾病综合征的发生?	3
肾病综合征患者可以过性生活吗?	3
肾病综合征患者如何进食?	4
肾病综合征患者夏季饮食应注意什么?	4
肾病综合征患者为什么要低磷饮食?	5

肾病综合征患者如何进低盐

饮食?	5
肾病综合征的家庭护理有哪些注意事项?	5

急性肾小球肾炎

什么是急性肾小球肾炎?	6
急性肾小球肾炎水肿的特点有哪些?	6
急性肾小球肾炎急性期并发症有哪些?	6
急性肾小球肾炎存在的护理问题有哪些?	6
急性肾小球肾炎护理措施有哪些?	7
急性肾小球肾炎如何自我保健? ..	7
急性肾小球肾炎的饮食护理有哪些?	7
急性肾小球肾炎患者如何休息? ..	8
小儿急性肾小球肾炎患者的出院指导有哪些?	9
急性肾小球肾炎如何预防?	9

急进性肾小球肾炎

什么是急进性肾小球肾炎?	9
急进性肾小球肾炎临床表现有哪些?	10

急性肾小球肾炎护理措施 有哪些？	10
急性肾小球肾炎的日常护理 有哪些？	11
急性肾小球肾炎的食疗原则 有哪些？	11
如何护理有感染危险的患者？	12

慢性肾小球肾炎

什么是慢性肾小球肾炎？	12
慢性肾小球肾炎有哪些临床 表现？	12
慢性肾小球肾炎主要的护理问题 有哪些？	12
慢性肾小球肾炎患者发生水肿如何 护理？	13
慢性肾炎饮食应注意什么？	13
慢性肾炎治疗的日常护理 有哪些？	14
慢性肾炎应如何预防？	15
慢性肾炎患者饮水应注意什么？ ...	15
慢性肾炎有哪些不易发现的 病症？	15

隐匿性肾小球肾炎

什么是隐匿性肾小球肾炎？	16
隐匿性肾小球肾炎有哪些临床 表现？	16
隐匿性肾小球肾炎一般护理 有哪些？	16

隐匿性肾小球肾炎在日常生活中应 注意什么？	17
隐匿性肾小球肾炎的饮食应注意 什么？	17
隐匿性肾小球肾炎应如何预防？ ..	18

IgA肾病

什么是IgA肾病？	19
IgA肾病有哪些临床表现？	19
IgA肾病的饮食原则有哪些？	19
肾病的日常护理有哪些？	20
IgA肾病患者护理中应注意什么？ ..	20

糖尿病及糖尿病肾病

什么是糖尿病？	21
什么是“三多一少”？	21
糖尿病早期有哪些症状？	21
糖尿病的典型表现是什么？	22
低血糖判断指标是什么？	22
如何判断糖尿病患者出现低血糖 反应？	22
如何识别糖尿病患者出现低血糖 昏迷？	22
糖尿病患者昏迷后的急救要点？ ...	23
糖尿病常累及身体哪些部位？	23
糖尿病肾病有哪些临床表现？	23
糖尿病肾病如何预防？	24
糖尿病患者日常应注意什么？	24
糖尿病患者运动降糖需注意 什么？	24

糖尿病患者的饮食治疗原则	
有哪些?	25

乙肝病毒相关性肾炎

什么是乙肝病毒相关性肾炎?	26
乙肝病毒相关性肾损害患者如何做	
好生活护理?	26
乙肝病毒相关性肾炎应怎样预防? ...	27
乙肝病毒相关性肾炎患者的饮食原	
则有哪些?	27
乙型肝炎相关性肾炎患者日常生活	
如何护理?	28

系统性红斑狼疮和狼疮性肾炎

什么是系统性红斑狼疮?	28
什么是狼疮性肾炎?	29
常见受累组织和器官的临床表现	
有哪些?	29
系统性红斑狼疮的患者如何预防	
感染?	29
系统性红斑狼疮日常生活注意事项	
有哪些?	30
狼疮性肾炎患者的用药应注意	
什么?	31
SLE是遗传的吗?	31
系统性红斑狼疮如何护理?	32

过敏性紫癜性肾炎

什么是过敏性紫癜性肾炎?	32
过敏性紫癜性肾炎肾外症状	
有哪些?	33

过敏性紫癜性肾炎肾脏有哪些	
表现?	33
过敏性紫癜性肾炎患者如何保护	
皮肤?	33

痛风性肾病

什么是痛风性肾病?	34
痛风性肾病有哪些临床表现?	34
痛风性肾病的饮食原则	
有哪些?	34
痛风性肾病的日常护理应注意	
哪些?	35
如何预防痛风肾损害?	35

尿路感染

什么是尿路感染?	36
尿路感染有哪些临床表现?	36
尿路感染有哪些常规检查?	36
尿路感染的患者日常要注意些	
什么?	36
什么样的患者易发生尿路感染? ...	37
尿路感染有哪些危害?	37
如何远离尿路感染?	37
尿路感染的防治原则有哪些?	38
尿路感染的食疗原则有哪些?	38

反流性肾病

什么是反流性肾病?	39
反流性肾病有哪些临床表现?	39
反流性肾病进入肾功能不全时应采	
取何种饮食延缓终末期肾衰?	39

慢性肾病患者应补充哪些维生素？	40
为什么要摄入足够的热量？	40

肾结核

什么是肾结核？	40
肾结核有哪些临床表现？	41
肾结核的病原菌来源于哪里？	41
结核杆菌传播至肾脏的途径有哪些？	41
肾结核的典型症状有哪些？	42
肾结核的日常护理应注意什么？	42

梗阻性肾病

什么是梗阻性肾病？	42
梗阻性肾病患者有哪些临床表现？	43
梗阻性肾炎的预防常识？	43
梗阻性肾炎生活中应注意什么？	43

急性间质性肾炎

什么是急性间质性肾炎？	44
急性间质性肾炎的病因是什么？	44
急性间质性肾炎患者的临床表现有哪些？	44
急性间质性肾炎应注意哪些生活细节？	45
如何防止药物过敏引起的急性间质性肾炎？	45

慢性间质性肾炎

什么是慢性间质性肾炎？	45
-------------------	----

慢性间质性肾炎有哪些临床表现？	46
间质性肾炎的食疗原则有哪些？	46

急性过敏性间质性肾炎

什么是急性过敏性间质性肾炎？	47
急性过敏性间质性肾炎有哪些临床表现？	47

肾小管性酸中毒

什么是肾小管性酸中毒？	47
肾小管性酸中毒有哪些临床表现？	48
肾小管性酸中毒有哪些并发症？	48
肾小管性酸中毒患者如何护理？	48

药物性肾损害

什么是药物性肾损害？	48
导致药物性肾损害发生的药物有哪些？	49
药物性肾损害临床表现有哪些？	49

急性肾衰竭

什么是急性肾衰竭？	50
急性肾衰竭少尿期有哪些临床表现？	50
急性肾衰竭多尿期有哪些临床表现？	50
急性肾衰竭多长时间能恢复肾功能？	51
急性肾衰竭的患者观察要点是什么？	51

急性肾衰竭患者如何精确地记录出入液量?51

慢性肾衰竭

什么是慢性肾衰竭?51

慢性肾衰竭患者有哪些表现?52

如何避免肾衰竭加重?52

慢性肾衰竭常见并发症有哪些? 52

日常生活中如何防治感染?53

慢性肾衰的饮食治疗原则

有哪些?53

慢性肾功能衰竭如何预防?54

肾性贫血

什么是肾性贫血?54

肾性贫血常有哪些外在表现?54

什么情况下会发生肾性贫血?54

什么情况下肾性贫血患者可以

输血?55

如何防治肾性贫血?55

肾性贫血与缺铁性贫血本质区别是

什么?55

肾性骨病

什么是肾性骨病?55

肾性骨病有哪些表现?56

如何及早预防肾性骨病的发生? 56

肾性骨病的营养治疗是什么?56

肾性骨病有哪些治疗方法?57

尿毒症性心包炎

什么是尿毒症性心包炎?57

尿毒症性心包炎的常见临床表现有哪些?57

如何预防尿毒症性心包炎?58

尿毒症性心包炎患者的饮食原则是什么?58

尿毒症相关性不安腿综合征

什么是尿毒症相关性不安腿

综合征?59

尿毒症相关性不安腿综合征有哪些

常见临床症状?59

如何减轻尿毒症相关性不安腿综合

征的症状?59

不安腿综合征如何护理?60

肾囊肿

什么是肾囊肿?60

肾囊肿的症状和体征有哪些?60

何时需要进行肾脏彩超检查?60

肾囊肿有哪两种手术方法?61

肾囊肿患者应注意哪些事项?61

老年人肾囊肿有哪些症状?61

多囊肾患者日常需注意什么?62

如何预防肾囊肿的感染?62

肾损伤

何谓肾损伤?63

肾损伤后会有哪些临床表现?63

肾损伤保守治疗时需要做好哪些

护理?63

肾损伤的手术指征是什么?63

老年人如何预防肾损伤?64

肾结石

什么是肾结石?64

肾结石的主要临床表现是什么? 64

典型的肾绞痛表现是什么?65

肾结石的治疗方法有哪些?65

如何预防肾结石的复发?66

肾结石患者的饮食要注意哪些? 66

肾结石患者能吃鸡蛋吗?66

肾肿瘤

什么是肾肿瘤?67

成人的肾肿瘤有哪些表现?67

肾肿瘤血尿的临床表现有哪些? 67

如何预防肾肿瘤?67

肾肿瘤患者如何自我保健?68

何谓肾母细胞瘤?68

肾母细胞瘤有何临床表现?68

如何预防肾母细胞瘤?68

常见的酸性食物与碱性食物

有哪些?69

肾癌有哪些病因?69

肾癌有哪些临床症状和体征?69

肾肿瘤术后病人应该注意些

什么?70

肾肿瘤术后饮食应注意什么呢? ..70

肾肿瘤化疗后饮食如何调理?71

肾肿瘤不同时期的饮食应注意

什么?71

输尿管生理特征及异常

输尿管的生理位置如何?72

什么是输尿管损伤?72

输尿管损伤有何临床表现?73

输尿管畸形有哪些表现?73

输尿管结构异常有哪些表现?73

输尿管憩室可分为哪几种类型? ..73

输尿管位置异常有哪些表现?74

输尿管有哪三个生理狭窄?74

输尿管结石

什么是输尿管结石?74

输尿管结石常见于哪些部位?74

输尿管结石需要做哪些检查?75

输尿管结石按部位分哪几种?75

输尿管结石的临床表现有哪些? 75

输尿管结石的治疗措施是什么? 75

输尿管镜取石或碎石适用于哪些

患者?76

输尿管结石的对症治疗主要包括哪

些方面?76

输尿管结石术后为什么要放置输尿

管支架管(双J管)?76

输尿管结石的家庭护理

有哪些?76

输尿管结石病人早期症状

有哪些?76

怎样预防输尿管结石?77

输尿管结石饮食注意哪些?77

输尿管结石饮食禁忌有哪些? ...78	
碎石后注意事项有哪些?78	

输尿管肿瘤

什么是输尿管肿瘤?78	
输尿管肿瘤的主要症状和体征 有哪些?79	
输尿管肿瘤的血尿有何特点?79	
输尿管肿瘤的疼痛有何特点?79	
输尿管肿瘤的治疗原则是什么? 79	
如何预防癌性输尿管狭窄?79	
预防输尿管癌饮食方面应注意 哪些?80	
输尿管肿瘤早期症状有哪些?80	

膀胱损伤

什么是膀胱损伤?81	
膀胱损伤分为哪几种?81	
什么是膀胱挫伤?81	
膀胱损伤性表现有哪些?81	
膀胱损伤性休克的主要原因 是什么?81	
膀胱损伤疼痛的表现有哪些?82	
膀胱损伤后血尿和排尿障碍的表现 有哪些?82	

膀胱结石

什么是膀胱结石?82	
膀胱结石有哪些临床表现?82	
膀胱结石患者会发生怎样的 疼痛?82	

膀胱结石患者出现排尿困难时会有 哪些症状?83	
----------------------------------	--

膀胱结石的手术治疗方式

有哪些?83	
膀胱结石的饮食注意事项 有哪些?83	
膀胱结石怎么预防?84	

膀胱炎

什么是膀胱炎?84	
膀胱炎有几种?84	
膀胱炎的护理要点有哪些?85	
常见的慢性膀胱炎有哪些?85	
什么是间质性膀胱炎?85	
什么是滤泡性膀胱炎?85	
什么是腺性膀胱炎?86	
什么是气性膀胱炎?86	
什么是坏疽性膀胱炎?86	
什么是结痂性膀胱炎?86	
什么是化学性膀胱炎?86	
什么是放射性膀胱炎?87	
膀胱炎的病因是什么?87	
膀胱炎的感染途径有几种?87	
急性细菌性膀胱炎有什么症状? ...87	
慢性细菌性膀胱炎有哪些症状? ...88	
急性膀胱炎的治疗方法有哪些? ...88	
如何有效地预防膀胱炎?88	
膀胱炎患者的饮食原则有哪些? ...89	
慢性膀胱炎如何自我保健?89	

女性膀胱炎患者如何保健?	89
男性膀胱炎不治疗会怎样恶化? ...	90
老年人膀胱炎经久不愈如何检查? ...	91

膀胱肿瘤

什么是膀胱肿瘤?	91
膀胱肿瘤分几种?	91
膀胱肿瘤膀胱刺激征有哪些表现?	92
膀胱肿瘤有哪些临床表现?	92
膀胱肿瘤治疗方式有哪些?	92
膀胱肿瘤局部切除术及电灼术适应证是什么?	92
膀胱肿瘤的预防保健措施有哪些?	92
膀胱癌如何分类?	93
膀胱癌的饮食要注意哪些?	93
如何做好膀胱癌术后的护理? ...	93
如何做好膀胱造瘘的家庭护理? ...	94
膀胱癌患者术后如何合理饮食? ...	95

前列腺炎

什么是前列腺炎?	95
前列腺炎的临床症状有哪些? ...	96
急性前列腺炎会有哪些并发症? ...	96
急性前列腺炎患者应注意哪些问题?	97
如何预防前列腺炎的发生?	97
为什么运动有助于慢性前列腺炎症状的改善?	98

如何预防前列腺炎?	98
前列腺炎需要注意什么?	98
前列腺囊肿的饮食要注意什么? ...	99
按摩治疗前列腺囊肿的注意事项有哪些?	99

前列腺增生

什么是前列腺增生?	100
哪些人群应注意前列腺增生? ..	100
前列腺增生的患者有什么症状?	100
前列腺增生的患者需做哪些检查?	101
前列腺增生的患者为什么发生急性尿潴留?	101
前列腺增生会发生哪些并发症?	101
前列腺增生有哪些主要手术方法?	101
前列腺增生的预防措施有哪些? ...	101
良性前列腺增生症应注意什么? ...	102
对于前列腺增生的患者如何进行心理疏导?	102
前列腺增生患者的饮食指导有哪些?	102
前列腺增生患者的术后健康指导有哪些?	103

前列腺癌

什么是前列腺癌?	103
----------------	-----

前列腺肿瘤如何分类?	103
前列腺肿瘤发病的危险因素	
有哪些?	103
前列腺癌的临床症状有哪些? ..	104
前列腺的癌前病变包括哪些? ..	104
前列腺癌的病因有哪些?	104
前列腺癌患者术前如何进行肠道	
准备?	104
什么是PSA?	104
PSA升高一定就是前列腺癌吗? ..	105
前列腺癌根治术后会有哪些	
并发症?	105
如何预防前列腺癌根治术后尿	
失禁?	105
如何早期发现前列腺癌?	105
维生素能预防前列腺癌吗?	106
前列腺癌的健康食谱应注意	
什么?	106
如何预防前列腺癌?	107
红色食物对预防前列腺癌有	
帮助吗?	107
前列腺癌患者的饮食护理	
有哪些?	107

尿道损伤

什么是尿道损伤?	108
尿道损伤的病因是什么?	108
尿道损伤的临床表现有哪些? ..	108
尿道损伤是如何引起的?	109

尿道损伤如何治疗?	109
-----------------	-----

尿道炎

什么是尿道炎?	109
引起尿道炎的病因是什么?	110
尿路感染的临床表现有哪些? ..	110
尿道炎的检查有哪些?	110
尿道炎如何治疗?	111
尿道炎致病菌有哪些?	111
慢性、急性尿道炎的治疗方法	
有哪些?	111
尿道炎急性期有哪些临床表现? ..	111
慢性尿道炎有何临床表现?	112
尿道炎的典型症状有哪些?	112
如何有效预防尿道炎的发生? ..	112
男性尿道炎的健康教育有哪些? ..	113

尿道畸形

什么是尿道畸形?	113
尿道畸形的健康教育有哪些? ..	113
何谓尿道下裂?	113
尿道下裂的家庭保健措施	
有哪些?	114
尿道下裂可分为哪几型?	114
何谓尿道上裂?	114
临床上将尿道上裂分为哪几型? ..	114
确保尿道畸形治疗成功措施	
有哪些?	114

尿道狭窄

什么是尿道狭窄?	115
----------------	-----

尿道狭窄的主要症状有哪些? ..115	
尿道狭窄患者行尿道扩张术会有哪些并发症?116	
尿道狭窄有哪些手术治疗方法?116	
尿道狭窄术后护理的注意事项有哪些?116	
尿道憩室的临床表现有哪些? ..117	

尿道结石

什么是尿道结石?117	
尿道结石的主要症状有哪些? ..117	
尿道结石有哪些类型? 如何治疗?117	
上尿路结石有哪些临床表现? ..118	
尿道结石有哪些治疗原则?118	
如何指导尿石症的患者正确饮水?118	
如何自测是否患有尿道结石? ..119	
尿道结石患者平时应注意什么? ...119	
哪些人容易患有尿道结石?119	
尿结石饮食有哪些注意事项? ..120	
常见的尿路结石成分有哪几种? ...120	

尿道肿瘤

什么是尿道肿瘤?120	
尿道肿瘤临床分期是什么?121	
尿道肿瘤的临床表现有哪些? ..121	

尿道综合征

什么是尿道综合征?121	
尿道综合征有何临床体征?122	
尿道综合征的尿动力学检查有何异常?122	

尿道综合征有哪些手术治疗方法?122	
尿道综合征应如何预防?122	

男性生殖系及其他疾病

男性生殖系还有哪些疾病?122	
鞘膜积液的预防措施有哪些? ..123	
鞘膜积液对男性生育有哪些影响?123	
如何早期发现鞘膜积液?123	
如何自我防护鞘膜积液?123	
鞘膜积液患者的日常注意事项有哪些?124	
如何安排鞘膜积液患者的饮食? ...124	
附睾炎的常见病因是什么?124	
如何知道自己是否患有精囊炎?125	
精囊炎的预防保健有哪些?125	
可能引发包皮龟头炎的因素有哪些?126	
男性包皮龟头炎的自诊方法有哪些?126	
包皮龟头炎为什么很难治疗? ..126	
预防包皮龟头炎的注意事项有哪些?127	
如何判断睾丸炎?127	
睾丸炎的自我保健方法有哪些? ..127	
预防泌尿系疾病应保持哪些良好习惯?128	
参考文献129	

及低钾血症。当出现厌食、乏力、懒言嗜睡、血压下降甚至休克惊厥时，应注意有无低钠血症的可能。

✿肾病综合征患者出现低血容量休克有哪些临床表现？

因血浆白蛋白低下、血浆胶体渗透压降低时常有血容量不足，加上部分患者长期忌盐，当有体液急剧丢失（如吐泻、大剂量应用利尿剂、大量放腹水等）时即可出现程度不等的血容量不足乃至休克的症状，如烦躁不安、四肢湿冷、皮肤花斑纹、脉搏细速、心音低钝及血压下降而测不到等表现。

✿原发性肾病综合征存在哪些护理问题？

- （1）体液过多——与体内低蛋白血症进而导致的水钠潴留有关。
- （2）营养失调：低于机体所需要能量——与尿中丢失大量蛋白有关。
- （3）有感染的危险——与自身免疫力低下有关。
- （4）潜在并发症：药物带来的副作用。
- （5）焦虑——与患病病程长、病情反复有关。

✿肾病综合征患者的日常护理有哪些？

（1）保持床铺清洁、干燥、平整无渣屑，尽量穿宽松的全棉质的内衣，舒适松口的软布鞋，做好皮肤的清洁护理，勤洗澡。

（2）卧床患者每2小时翻身1次，局部骨隆突处，可用温水或30%红花酒精擦浴，防止压疮发生。避免外部的损伤。

（3）阴囊水肿者，可用丁字带将阴囊托起，局部保持干燥，有渗出者应垫上消毒敷料以防感染。

（4）夏季应避免蚊虫叮咬，引起皮肤感染，同时剪短指甲避免抓破皮肤。

（5）水肿严重者，避免肌肉注射，以免引起注射部位感染及深部脓肿。

（6）与感染患者分室居住，每天室内通风15~30分钟，紫外

线照射2次，减少探视，保证室内空气清新、温度适宜，防止细菌病毒的感染，预防感冒，注意口腔和饮食方面的卫生。

(7) 保持会阴部清洁，每日用3%硼酸坐浴2次，预防尿路感染。

(8) 肾病综合征典型病例应以卧床休息为主。重度水肿者卧床休息，一般患者每天应定时在室内做轻微活动，以防肢体动静脉血栓形成。避免过度劳累，恢复期如活动后出现蛋白尿增加者，应酌情减少活动。

(9) 遵医嘱正确使用各种药剂和白蛋白等，注意观察其疗效及不良反应。准确记录一天的出入量，监测体重。

✿ 肾上腺皮质激素治疗肾病综合征时有哪些不良反应？

肾上腺皮质激素治疗时不良反应有库欣综合征、高血压、尿糖、骨质疏松、易感染等。一般无需治疗，停药后可消失，数月可恢复正常。用药期间要密切观察病情变化，防止感染及自发性骨折发生。

✿ 如何预防肾病综合征的发生？

(1) 积极防治感染是降低病死率、复发率的重要环节，除细菌感染外，要提高对条件致病菌感染的认识和及时做出正确的诊治。

(2) 保持乐观情绪，消除对疾病的恐惧心理，尽早去医院进行详细咨询和治疗。

(3) 加强体育锻炼，增强自身的抵抗力，防止外邪侵表诱发肾病综合征。

(4) 养成良好的生活习惯，保证充足的睡眠，避免暴饮暴食，避免经常性熬夜。

(5) 预防上呼吸道感染，避免遭受到风寒、风热、风湿的侵袭。

✿ 肾病综合征患者可以过性生活吗？

(1) 肾病综合征患者能否进行性生活，要根据患者实际的病

情来确定,若病情较轻,可以适当进行性生活,但是强度不宜过大,而且要注意清洁,以免造成感染,引发其他疾病,影响肾病综合征患者健康恢复。

(2) 性生活不宜频繁,无节制的性生活会导致机体过度劳累,对患者病情恢复不利。

✿肾病综合征患者如何进食?

(1) 可进低盐饮食,一般每日摄入盐的量不应该超过2g,如果水肿比较严重,尿少或者无尿,患者应无盐饮食。

(2) 给予易消化的高热量、高维生素、优质蛋白饮食。如牛、羊、马奶;牛、羊、猪、鸡、鸭等瘦肉;鱼类、麦谷、蔬菜、瓜果等。

(3) 每日入水量不应超过尿排出量和不显性失水的总和。

(4) 大量蛋白尿时,蛋白质摄入量不宜过多,1~2g/kg体重,加上每日尿内丢失的蛋白量;供给的蛋白质应为优质蛋白如牛奶、鸡蛋、鱼和肉类等。合并肾功能衰竭时宜低蛋白饮食<0.5g/(kg·d),如条件许可可增加必需氨基酸,以补充机体对蛋白的需要。服用激素后使食欲增加者,应适当限制热量的摄入,防止体重增加过快。

(5) 补充各种水溶性维生素及维生素D和钙、锌等,以防骨质疏松。服用环磷酰胺后出现食欲减退,要调整食谱,增进食欲。

(6) 应限制动物内脏、肥肉、某些海产品等富含胆固醇及脂肪的食物摄入,以免引起动脉硬化及肾小球损伤、硬化等。

(7) 忌食辛辣刺激性的食物,避免暴饮暴食,忌食烟酒,避免浓茶等刺激性的饮料,以防加重患者病情。

✿肾病综合征患者夏季饮食应注意什么?

(1) 肾病综合征患者应严格执行饮食规则,不可多食瓜果,以免增加肾脏负担。特别是西瓜,虽然可利尿消肿、清热消暑,但