

# 肾病防治专家谈(之三)

## 慢性肾功能衰竭早预防

慢性肾功能衰竭具有缓慢渐进的自然病程且发病十分隐匿,病情可缓慢进展致终末期肾病(尿毒症),治疗棘手,预后十分凶险。那么,怎样才能早期预防、早期发现、早期治疗呢?

**1.早期预防** 可能演变为慢性肾功能衰竭的常见疾病,如:慢性肾小球肾炎、IgA肾病、糖尿病肾病(糖尿病)、狼疮性肾炎(系统性红斑狼疮)、高血压性损害(高血压病)、慢性肾盂肾炎、药物性肾损害等,患有这些疾病的患者,如能进行科学、有效的治疗措施,则可以有效地减缓这些疾病的慢性进展,预防其进展为慢性肾功能衰竭。

**2.早期发现** 患有可能会进展到慢性肾衰竭的疾病的患者,应遵从肾科医生的合理建议,定期复查相关

实验室检查指标或影像学检查,尤其是早期反应肾功能的指标如胱抑素C、血β2微球蛋白等。对于慢性肾功能衰竭的早期诊治意义重大,只有做到早期诊治,才能防止慢性肾功能衰竭的进展,延缓其走向尿毒症的进程,提高患者的生存质量,并能大大改善慢性肾功能衰竭的预后,给家庭和社会减轻负担。

**3.早期治疗** 早期而科学的治疗措施包括优质低蛋白饮食、积极地治疗原发性(如糖尿病、高血压等)、控制诱发加重因素(如感染、劳累、高血压、失水、不恰当的饮食结构等),纠正由肾功能衰竭引起的代谢失调(贫血、酸中毒、低钙高磷、高血压、高血脂等),恰当地应用中成药及中药汤剂治疗,中西医结合治疗可以优势互补,达到最佳疗效、最佳性价比。

## 远离肾病须从细节做起

山东省中医院肾病科米杰主任告诫人们:“要在日常生活中多留心观察,防微杜渐,早发现早预防,远离肾脏疾病一定要从细节做起。”

### 什么叫做肾脏病?

米杰主任介绍说,常见的肾脏疾病主要有:慢性肾炎、肾衰竭(尿毒症)、肾病综合征和尿路感染。通常来说,慢性肾衰竭是属于比较严重的疾病,治疗起来有一定难度,不能治愈;而后两者则可以通过中西医结合的治疗手段,达到根治。

### 小不适暴露大病变

米杰主任介绍说,日常生活中一些毫不起眼的不适很可能就是肾脏疾病的先兆,这些不适包括:乏力、腰酸、夜尿增多、水肿恶心、尿频尿急等。上述肾脏疾病一旦发生,一般都会有类似症状表现。因此在此提醒大家,如果感觉有这些不适,应引起足够重视,而最省事、最有效的检查办法就是检查尿常规。“在每年的体检中,建议把尿常规列入必查项目。”

除了这些可感先兆之外,在年轻人身上出现的高血压也是一种肾脏病可能

的危险,因为这可能就是肾炎的症状。“很多人都按照单纯高血压来治疗,不再做进一步的检查,但是却不知这可能已经和肾病沾上了关系。”米杰主任说。

### 肾炎是重要病源

尿毒症很多都是由肾炎发展而来,因此需要人们特别注意肾炎的发生。根据米杰的临床观察,从肾炎发展到尿毒症,平均需要经历10年,快的甚至只要3年。因此,早发现肾炎以及早期对治疗对延缓尿毒症发生至关重要。

肾炎多发于年轻人,夜尿增多、浑身乏力是其先兆,但也有部分人没有任何先兆。肾炎的发生通常与免疫系统疾病或感染有关,尿路感染、扁桃体炎在内的很多炎症都有可能引致肾炎。米杰主任教大家一招自测办法:“可以观察小便泡沫,如果像洗衣粉,打好的鸡蛋清那样泡沫丰富,说明尿液蛋白质丰富,很有可能发生了肾炎。”

此外,由糖尿病引发的肾病对人的健康也有很大威胁,已经成为糖尿病的重要死亡原因之一。早期发现糖尿病肾病,早期治疗,很多病人能够避免发生糖尿病肾病尿毒症。

## 糖尿病肾病早知道

糖尿病肾病(DN)是糖尿病最常见、最严重的慢性并发症之一,糖尿病患者并发DN的病死率为未并发DN者的30倍。我国1型糖尿病患者DN的患病率为30%~40%,2型糖尿病为15%~20%。但由于后者人数超过前者10倍以上,故发展为DN的绝对人数较1型糖尿病为多。据统计DN是导致慢性肾衰竭(尿毒症)成为血液透析与肾移植的首因,我国也有这种趋势。

大多数DN患者总在有明显蛋白尿或合并明显浮肿时才被察觉。遗憾的是,一旦发生临床DN则缺乏有效方法阻止其发展,大多数病人转年后转入慢性肾功能衰竭(尿毒症)。糖尿病肾病的最早临床证据是尿蛋白浓度轻度升高( $\geq 30\text{mg}/24\text{h}$ 或 $20\mu\text{g}/\text{min}$ ),这被称为微量白蛋白尿,出现微量白蛋白尿即被认为已患早期肾病。微量白蛋白尿除是早期肾病表现外,对于1型及2型糖尿病病人来说,它还是心血管疾病发病率和死亡率明显增加的标志。所以,从发现微量白蛋白尿起即应筛查病人有无血管疾病,而且对所有心血管危险因素积极进行干预,如:降低低密度脂蛋白胆固醇,抗高血压,戒烟,制定健身计划等。

(供稿:山东省中医院肾内科)

## 尿路感染应配合中医治疗

尿路感染是尿路的细菌性感染,以女性病人最常见。根据感染发生的部位可分为下尿路感染和上尿路感染。前者主要指膀胱炎,后者则为肾盂肾炎。肾盂肾炎又可分为急性和慢性,慢性肾盂肾炎是造成终末期肾衰(尿毒症)的原因之一。尿路感染反复不愈时,应当寻找原因,排除尿路畸形、尿路梗阻、膀胱输尿管返流、以及尿路结核等。泌尿系

统结核误诊为尿路感染的病人临床并不少见。

尿路感染属于中医淋证、腰痛等病症的范畴。其主要病机是湿热带邪蕴结于膀胱,属于实证居多。根据急则治其标、缓则治其本的原则,治疗以清利下焦湿热为主,邪去则正安。除了根据辨证采取中草药口服治疗外,还可以根据病情配合中草药外洗的方法以祛除病因,达到根治疾病的目的。

## 山东省中医院肾病科提醒您——

# 对肾病不必太恐惧

提起“肾病”,很容易让人联想到的是“肾衰竭”、“尿毒症”这些可怕的疾病。

一旦患上了肾脏疾病,那是不是就意味着“大难临头”了呢?米主任说目前尿路感染和肾病综合征都可以在省中医得到较好的治疗,而采用中西医结合的办法也能很大程度上治疗慢性肾衰竭,尽可能地延缓病人寿命,对肾病综合征一般采取

激素治疗可以起到很好效果,“很多人对激素抱有误解和反感,这是不对的,甚至还有有人治疗中擅自减用、停用激素类药物,这是非常危险的,实际上,规范化的激素治疗非常安全也非常有效。”

针对尿路感染,米杰提醒人们尤其是女性在夏天要注意个人卫生,避免不洁行为,一旦发生了尿路感染,也不必太担心,米杰说:“我们

医院治疗尿路感染是很有特色的,西医一般就是使用抗生素消炎,而我们使用了中西医结合的治疗方法,不仅能治标还能治本。

对于慢性肾衰竭的治疗,目前西医还没有特别好的根治办法,但中医对此却不是束手无策,“我们透过口服中药和中药灌肠相结合的方法,能够延缓肾衰竭进入终末期的步伐。”

## 专家介绍

测定等实验诊断项目,为肾脏病诊断提供可靠依据。

西区专家门诊时间:周一上午,周三下午(内科15诊室);东区专家门诊时间:周五上午。

◆米杰:肾病科主任,主任医师,教授,硕士研究生导师。

擅长中西医结合的方法诊断及治疗各种原发性及继发性肾衰竭,如:急、慢性肾小球肾炎,肾病综合征,急、慢性肾功衰竭(尿毒症),肾小管间质性疾病,糖尿病肾病,高血压肾损害,尿路感染,肾结石,前列腺增生症,前列腺炎及男性性功能障碍等病症。

◆张法荣:主任医师,教授,博士研究生导师。

擅长治疗各种肾脏疾病,前列腺疾病,性功能障碍及老年病等的中西医结合治疗,泌尿系感染,肾炎,肾病综合征,急慢性肾功不全及其神经系统并发症,前列腺疾病,老年性尿病等方面有较深入的研究。

◆张安敏:肾病科副主任,副教授,硕士研究生导师。

历经30余年临床实践,在肾脏病方面积累了之富的经验,形成了自己的一套独特的

学术风格,擅长治疗急慢性肾衰,肾病综合征,慢性肾功衰竭(尿毒症),糖尿病肾病,急慢性尿路感染,尿路结石,前列腺增生症,前列腺炎及男性性功能障碍等病症。

◆郭兆安:主任医师,教授,硕士研究生导师。

主要从事肾脏病的医疗、研究和教学工作,擅长各种原发性和继发性肾小球疾病,急、慢性肾功衰竭,肾小管间质性疾病,糖尿病肾病,高血压性肾损害,尿路感染,肾结石,前列腺炎及肥大等疾病的中西医结合诊断和治疗。

◆王晓君:副主任医师,副教授。

擅长诊治急、慢性肾小球肾炎,肾病综合征,急、慢性肾功衰竭,尿路感染,尿路结石等肾内科常见病,并对高血压肾损害,糖尿病肾病,慢性肾衰等继发性肾病有深刻认识,对前列腺炎,前列腺肥大,性功能障碍等病症也有深入研究。

◆李伟:主任医师,教授,硕士研究生导师。

擅长治疗急慢性肾衰,肾病综合征,糖尿病肾病,高血压肾损害,慢性肾功衰竭,慢性肾功不全及其神经系统并发症,前列腺炎,老年性尿病等方面有较深入的研究。

## 山东省中医院肾病科简介

山东省中医院肾病科创建于1977年,经过30余年的发展,已形成人才梯队合理、学术氛围浓厚、临床经验丰富、学术特点鲜明、学科工作协调、团结奋进、勇于进取的一个科室。住院、门诊病人迅速地逐年上升;床位数量逐渐增加;学术经验日积月累,已形成了综合医疗服务能力全面、中医药特色优势明显的诊疗体系,目前肾内科有主任医师5人,副主任医师2人,主治医师3人,其中具有博士学位者6人,硕士学位者4人,平均年龄43岁;博士研究生导师1人,硕士研究生导师4人,其中有多人兼任国家以及山东省中医及中西医结合肾病专业的主任委员及副主任委员,年门诊量5万余人次左右,病房现有床位33张;在中西医结合治疗多种原发及继发性肾脏病方面形成了独特的学术体系,

肾病科的血液净化中心拥有透析机13台,床边血液透析1台,能够开展血液透析、透析滤过、血浆置换、免疫吸附、床边血液、腹水回输及腹膜透析等技术,并能熟练地进行中心静脉置管、动静脉造瘘手术。

科室专家具备较高的学术造诣和丰富的临床、科研、教学经验,中医药基础理论和专业知识坚实、宽广,及时掌握本学科领域的前沿知识及发展动向,引进先进医疗技术,针对肾脏病的病因病机特点,采取中西医结合治疗措施,辨病与辨证相结合,把传统中医学的宏观辨证与现代医学的诊疗相结合,疗效显著,已达到全国同领域的先进水平,尤其在中医辨证口服中药及穴位注射治疗各种慢性肾脏病,中药辨证灌肠治疗以及中药敷贴治疗慢性肾功能不全等积累了丰富的

临床经验,形成了独具特色的诊疗体系,在国内较早开展了双联系统腹膜透析,在不断进步经验的基础上,改进了腹透管的植管术式,显著降低了腹膜炎及管路相关并发症的发生率。

该科作为全省中医、中西医结合肾病专业的临床、科研与进修的重要基地在全省居于龙头地位。

山东省中医院西院区肾病科地址:济南市文化西路42号,长途汽车站乘BRT1号线在“历黄路”站换乘BRT2号线,火车站乘K51路到“利德路”站下车。

电话:(0531)68617944/68617963

东院区肾病科门诊地址:济南市经十路16369号门诊楼二楼,长途汽车站乘BRT1号线在“历黄路”站换乘BRT2号线,火车站乘K51路到“利德路”站下车。

电话:(0531)68617827



◆李伟:主任医师,教授,硕士研究生导师。

擅长治疗急慢性肾衰,肾病综合征,糖尿病肾病,高血压肾损害,慢性肾功衰竭,慢性肾功不全及其神经系统并发症,前列腺炎,老年性尿病等方面有较深入的研究。