

小病乱用药可能惹来大麻烦

过量服感冒药易伤肾脏

肾脏疾病困扰着不少患者，由于缺乏常识，日常生活中的不良习惯也导致了肾脏疾病的高发。泰山医学院附属医院肾内科、血液透析室副主任、主任医师、教授于克波，他为我们讲解了常见的肾脏疾病的发病原因、饮食注意事项等。

近期，泰山医学院在第五届全国高等医学院校大学生临床技能竞赛中荣获一等奖，参赛院校

有115所。“作为主要的指导教师，参赛学生在这次比赛中获得这样好的成绩，是对我们的肯定。”于克波说，在学术上取得成功，他们会进一步将成果应用在临幊上，为更多的患者减轻病痛。

于克波介绍，常见的肾脏疾病主要有肾小球肾炎、间质性肾炎、尿毒症等，“不少肾病需要长期服药，因此治疗周期长，以往很多患者由于经济负担过重甚至承

受不起，而放弃治疗，从近几年来看，这类疾病患者的治疗率越来越高。”于克波说，以尿毒症这一疾病为例，随着医保政策将其纳入大病医保范围，负担自然就减轻了。

虽然肾脏疾病高发，但是普通市民对这一疾病的知晓率并不高。“有些患者出现症状后，不及时就医，到后期出现不可逆转的情况，有的还会导致尿毒症，严重

的甚至致命。”于克波说。

慢性肾病是威胁人类健康的一个“隐形杀手”，于克波介绍，为了减少肾病发生，首先要减少感染，慢性肾病主要是与免疫相关的疾病。“人感冒时，口服抗感冒药物时间过长或剂量过大都有可能引起肾损害，因此，平时应注意防止感冒。”于克波说。

于克波介绍，慢性肾病患者中，有相当一部分是因为服药不

当导致的。在药店，市民可以自行购买非处方药，特别是一些感冒药物更是常见，但是“是药三分毒”，生病期间服用药物后也增加了肾脏的负担。于克波介绍，不少人认为中药是没有毒副作用的，因此倾向于服用中药，但是这一观点是错误的，“大量服用含有马兜铃酸的中药，如关木通等会导至急性马兜铃酸肾病，发生急性肾衰竭。”于克波说。

(路伟)



泰山医学院附属医院肾内科、血液透析室副主任、主任医师、教授于克波。

1 长期贫血，去查查肾功能

泰城一68岁老年男子近日感觉持续疲劳、食欲不振，老人的儿子带他到医院检查，发现老人有贫血症状，治疗了一段时间后，老人的病情仍不见好。

随后，医生建议老人去查查肾功能，检查结果让老人的家人吓了一跳，老人竟然患上了尿

毒症。于克波介绍，这名老人患的是肾性贫血，它是慢性肾功能衰竭的并发症之一，但是由于人们对这一并发症的了解不够，因此关注度并不高。

“肾性贫血发生在慢性肾功能衰竭的每个阶段，主要是由于慢性肾功能衰竭，肾脏产生并分

泌的促红细胞生成素减少，并逐渐出现贫血症状。”于克波说，检查血象时，血红蛋白低于110g/L时就应该及时进行纠正。

另外，于克波提醒大家，日常生活中应使用铁锅做饭，补充血液中铁的含量，可以适当多吃一些含铁量高的食物。

乏、恶心等症状。

“对于这两种疾病的患者，平时除了注意合理饮食之外，还应该定期做尿常规等检查。”于克波说，这一生活方式包括减轻体重、戒烟限酒、适量运动等。

另外，北方人口味较重，每天摄入的盐都超过人体所需，摄入过多除了会使血压升高外，还会增加肾脏的负担。于克波提醒大家，饮食中减盐控盐，不仅可以稳定血压，还能减轻肾脏负担。

2 糖尿病、高血压患者，更易患肾病

于克波说：“患有肾病的人群中，有相当一部分患者患有糖尿病或者高血压，而这两类人群也是患肾病的高发人群。”

糖尿病患者长期处于高血糖状态，容易引发多种并发症。糖尿病通过肾小球的微血管病变、肾动脉硬化等途径损害肾脏。

“早期糖尿病肾病没有临床症状，通过肾活检可以发现病变。”于克波介绍，这种病可以通

过合理治疗延缓或者避免发展为慢性肾衰竭。

高血压对于心脑血管的危害，大家都应该听说过，但是对于肾病的影响，了解的人恐怕不多。于克波介绍，高血压之所以会引起肾脏损害是因为肾小球对血压的变化十分敏感，随着患者血压升高，会引起肾小球内病变。

高血压肾病的主要临床表现主要有尿有泡沫、夜尿增多，病情严重时还会出现水肿、疲

3 腹膜透析治尿毒症，在家就能进行

尿毒症是慢性肾病的终末表现，常规治疗手段是血液透析、腹膜透析和肾移植。“在肾源紧缺的情况下，血液透析和腹膜透析成为治疗尿毒症的主要方法。”于克波说。

血液透析时，患者往往比较痛苦，相对于血液透析，腹膜透析则简单易操作许多。“腹膜是

覆盖于腹腔、盆腔壁内面和腹腔、盆腔脏器表面的一层浆膜，通过手术将一根导管植入腹腔，每天定时通过导管将配置好的腹透液灌入腹腔内，血液中的有害物质排入腹透液中，通过导管派出体外。”于克波说。

腹膜透析比血液透析更简单易操作，患者的痛苦也更小，

年轻患者采用这种方式不影响正常工作学习。“根据患者的反馈，大多数患者的自我感受比血液透析要好。”于克波说。

同时，随着材料和技术不断改善，腹腔感染的可能性也降低，于克波提醒患者，在进行操作时，仍须注意卫生。

泰山医学院附属医院 肾内科

肾内科为治疗肾脏疾病的专业科室，是泰安市成立较早的肾内科专业科室之一。科室目前为泰山医学院硕士研究生培养点，人才配备合理，有硕士研究生导师2人，主任医师、教授3人，副主任医师、副教授2人，主治医师1人，其中医学硕士7人，4人任省级专业委员会委员。

该科对各种肾脏疾病的诊治居于省内领先地位，在本地区率先开展了肾活检病理检查技术，提高了对各种肾脏病的确诊率。对于肾内科常见病如肾病综合征、狼疮性肾炎、紫癜性肾炎、糖尿病肾病等采用西医治疗为主，中医治疗为辅的综合治疗措施，收到良好的效果。对肾内科疑难危重病、少见病本科室有独特见解和诊疗方案，受到患者好评。

慢性肾衰竭的一体化治疗为科室的特色治疗。作为泰安市较少能够开展腹膜透析的单位之一，科室在腹透病人置管、病人管理与宣教、并发症处理方面经验丰富，水平较高，腹膜透析病人并发症少，生活质量高。新扩建的血液透析室为泰安市规模较大的血透室，拥有当今先进的德国费森尤斯4008S血透机、血液透析滤过机、德国贝朗透析机等先进设备，能够开展常规血液透析、血液灌流、连续性血液净化等，多次成功抢救各种急慢性肾衰竭、多脏器功能衰竭、百草枯中毒等患者。

科室科研气氛浓厚，在国内最早完成阿霉素肾病、肾硬化模型的制作。2005年，王太华教授主持完成的《中医药治疗肾病、肾硬化发病机理的研究》，经省中医药管理局组织国内专家评定，达到国内先进水平。目前，薛凌宇主任承担山东省教育厅及泰安市科技局课题各1项。近五年来，科室在国家级杂志发表论文30篇，参编论著7部，其中有2部为国家统一规划教材。

2008年汶川大地震发生后，受山东省卫生厅委派，我科派遣薛凌宇和于克波二位医师奔赴四川眉山地区抗震救灾，受到当地政府的好评，被山东省卫生厅授予“山东省卫生系统抗震救灾先进个人”，记二等功和三等功，被泰安市委评为泰安市“抗震救灾优秀共产党员”。

多年来，科室秉承“关爱生命 呵护健康”的服务理念，全心全意为患者健康服务，让广大肾脏病友在这里走向康复。

电话:6237406(病房) 6237405(门诊)
6237410(人工肾)

◆下期预告◆

进入夏天以后，人们穿着清凉，烧烫伤事件时有发生。下期空中诊室，我们将邀请泰山医学院附属医院烧伤科主任李承存，他将为我们讲解烧烫伤的基本常识。如果您有问题，欢迎拨打本报新闻热线6982110告诉我们，我们将带着您的问题咨询专家。