

年轻人出现蛋白尿、血尿应警惕肾炎

慢性肾脏病到底有哪些早期症状?得了慢性肾脏病该如何调理?高血压、糖尿病和肾病有什么关系?4月25日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请安医大一附院肾脏内科主治医师汪燕与读者交流。

■ 王异 记者 李皖婷/文 倪路/图

汪燕 安徽医科大学第一附属医院肾脏内科主治医师,医学硕士,从事肾脏内科临床工作十余年,擅长慢性肾脏病的诊断和治疗。

发现肾功能异常,应及时找原因

读者:我今年67岁了,2年前体检发现肾功能异常,血肌酐150umol/L,经治疗现降至90umol/L,可是我一直不知道到底是什么原因引起的肾脏损害?还有后续的治疗应该注意些什么?饮食上应该注意些什么?

汪燕:引起慢性肾脏病的原因有很多,如慢性肾炎综合征、糖尿病、高血压、结缔组织病、慢性肾盂肾炎、多囊肾等,建议患者首次发现肾功能异常,或有高血压或尿检异常时即积极寻找引起肾脏损害的原因。由于慢性肾脏早期可无明显临床症状,建议患者早期重视。治疗上强调早期原发病的治疗和消除引起肾功能恶化的可逆因素,如血压过高或过低、感染、心衰、肾毒性药物的应用、尿路梗阻等。饮食治疗强调低盐、低脂、低磷、优质低蛋白饮食的摄入。

肾结石患者要少吃动物蛋白

读者:我今年51岁了,有高血压、高尿酸血症多年,近期体检发现肾结石,应如何治疗?

汪燕:高血压、高尿酸血症既可以是原发性也可以是慢性肾脏病的表现。患者首次发现高血压,尤其是年纪比较轻的患者,一定要首先排除继发性因素,尤其是肾性高血压,如慢性肾炎综合征等。引起肾结石的原因很多,如尿液中结石成分增高(钙盐、尿酸、草酸)、饮食因素、尿液浓缩、服用了某些容易在尿中形成结晶的药物或化合物、泌尿系局部因素、种族与遗传因素等。治疗上可建议患者多喝水、适度运动以促进结石排出。如出现剧烈腹痛、伴或不伴有肉眼血尿,可能是结石下排过程中在输尿管狭窄处引起的肾绞痛,建议即时就诊。肾脏内的结石不建议行体外震波碎石,可能危及肾实质。

年轻人出现蛋白尿、血尿应警惕肾炎

读者:我今年29岁,2年前怀孕时出现过一次肉眼血尿,治疗后好转。后一直未重视,近期多次查尿常规有蛋白和红细胞,24小时尿蛋白定量一次是0.9克,一次是0.6克,我的情况是肾炎吗?应该如何诊治?

汪燕:年轻人出现蛋白尿、血尿应首先明确是否存在慢性肾炎综合征。临床症状包括尿泡沫增多,眼睑、双下肢浮肿、高血压。尿中蛋白质应确定蛋白质的性质,如出现中到大分子量的蛋白质,应考虑存在肾小球源性的蛋白尿,尚需进行24小时尿蛋白定量检查。此外,尿中红细胞亦可行尿红细胞形态检查是否为肾小球源性红细胞。考虑慢性肾炎综合征患者应尽快就诊,明确是否存在

□一周病情报告

春季谨防各类“过敏君”

最美人间四月天,但四月里各类“过敏君”纷纷前来报道,让不少过敏体质人群烦恼不已。合肥市一院的门诊数据显示,飞絮、花粉、日光等过敏原引起的皮肤和上呼吸道过敏明显增多。

花粉是最常见的吸入性过敏原,肉眼很难观察到,随风飘散后附着在人的皮肤上或是被人体通过口鼻吸入,容易导致流眼泪、打喷嚏、咳嗽等症状,不少患者还伴有皮肤发红瘙痒,甚至引发过敏性鼻炎、气管炎、支气管哮喘等疾病。除了花



继发性因素,如乙肝、系统性红斑狼疮、ANCA相关性血管炎、过敏性紫癜性等,建议尽快行肾脏穿刺检查,明确肾脏病理以确定进一步治疗方案的选择。

老年人肾动脉狭窄不一定要手术

读者:我岳父70多岁,有多年的高血压,这次在县级医院检查说有肾动脉狭窄,高血压是肾血管性的高血压,这种情况需不需要进一步检查?需要手术治疗吗?

汪燕:可先行泌尿系及肾血管彩超检查,判断肾脏大小及血管情况,如确实存在血管问题,可进一步行肾血管磁共振成像检查,了解血管狭窄的程度,此外还应排除系统性血管炎可能,如确实存在大血管狭窄,可考虑行球囊扩张或放置支架。但是老年人,高血压多年,也可以引起肾动脉硬化出现弥漫性病变,无介入或手术指征。

□下期预告

春季谨防面瘫病

春季天气寒热不均,是面瘫的高发季节。不少人因未能注意为颜面防寒保暖,导致患上了俗称“歪嘴风”的面瘫,也就是西医所称的“面神经麻痹”。患者可出现面部麻木紧绷感,目不能闭,不自觉流泪、口角歪斜,进食时残渣滞留,说话不清楚等症状,严重影响形象。如何预防面瘫?面瘫病有哪些有效的治疗措施?如何通过自我保健防止面瘫的复发?周二(5月2日)上午9:30~10:30,市场星报健康热线0551-62623752,将邀请安徽省针灸医院王颖教授,和我们聊一聊面瘫的中医防治。

王颖,安徽省针灸医院教授、主任医师,脑一科科长,中医学博士,硕士研究生导师。安徽省学术及技术带头人后备人选,第四批全国名老中医学术经验继承人。多年来致力于中医治疗及预防心脑血管疾病,注重“未病先防”。

■ 王津淼 记者 李皖婷

□医疗新闻

卵巢癌患者可获免费基因检测

2013年,美国影星安吉丽娜·朱莉宣布通过基因检测,发现她自己RCA1基因的突变使其有87%患乳腺癌的风险,随后切除乳腺。这种检测一般需要五六千元,但现在我省患者有了免费检测的机会。4月23日上午,“检爱-遇见未知的自己——BRCA卵巢癌慈善关爱项目”在我省启动,安徽省肿瘤医院将为50位卵巢癌患者免费检测BRCA基因,并为检测结果呈阳性的患者提供免费专家咨询服务。

安徽省肿瘤医院妇瘤科主任赵卫东介绍,BRCA是一种与卵巢癌相关的人体抑癌基因,一旦发生突变,机体就将丧失抑制肿瘤发生的功能,导致癌细胞大量繁殖。

“不仅是卵巢癌患者,我们建议有家族史的高危人群,尤其是母亲或是其他女性亲属患有卵巢癌、乳腺癌的女性,都最好来检测一下BRCA基因。”

■ 崔媛媛 江文静 记者 李皖婷

星报记者盘点“五一”小长假常见病:

上火、手足口病等均上榜 假期别忘多提防

即将到来的五一小长假,从天气预报上看是春暖花开,阳光明媚,但在这个躁动的暮春,有些疾病也在蠢蠢欲动,稍不注意,就可能被它们“撂倒”。

■ 苏洁 记者 李皖婷

【别太热】穿得太紧,春天也会捂出痱子

这两天恍惚来到夏天,但早晚还是有些微凉。因为怕安安(化名)受凉,妈妈每天都给他套上小外套,即使安安玩得一身汗,妈妈因为害怕孩子感冒,也不敢给他脱衣服。没想到,安安却因此捂出了一身痱子。

合肥市一院皮肤科主任唐金告诉记者,预防痱子要保持室内通风、凉爽,以减少出汗,利于汗液的蒸发。婴幼儿的衣着不宜太紧,应及时更换潮湿衣服。经常保持皮肤清洁干燥,常用干毛巾擦汗或用温水勤洗澡。痱子发生后,要避免搔抓,防止继发感染。

【别太干】游玩消耗体能,嗓子干痛上火

每每到了小长假,总有不少人通宵K歌、打牌、烧烤,导致假期一结束,就觉得身体不对劲,不但嗓子疼、发热出汗,食欲也变差,即使觉得很困,也烦躁失眠。往往去医院检查后发现,出现这些症状都是因为玩得太“嗨”上火了。

合肥市一院中医科主任王家琳提醒市民,预防上火要保持轻松愉悦的心情,避免精神过度刺激。即使是在假日,也要保证规律的生活,劳逸结合。多吃水果、蔬菜,忌食辛辣刺激,油炸或者火烤的食物。平日应多喝水,促进体内的致热物质从尿、汗中排除。上火症状严重的患者,必要时来医院就诊,在医生的指导下服用一些清火的药物。

【别大意】去人多场所,增大手足口病感染几率

前几天的周末,爸爸妈妈带3岁的潘潘(化名)去商城里的室内游乐场玩海洋球,没想到潘潘却因此感染上手足口病。医生告诉潘潘的家长,小朋友们最喜欢玩的海洋球池,数百个小塑料球聚集,极易隐藏细菌病毒,对于抵抗力比较弱的低龄儿童来说是个隐患。

据合肥市一院儿科主任温晓红介绍,手足口病多发生于婴幼儿,尤以三岁以下年龄组发病率最高。主要临床表现为:急性起病,发热,口腔黏膜出现散状疱疹,米粒大小,疼痛明显,手掌或脚掌部出现米粒大小疱疹。

眼下正是手足口病的高发季节,专家提醒家长,如果非必要,最好少带孩子到人多、密闭的场所活动。玩耍后,要及时给孩子做好个人卫生,包括彻底洗手、更换干净的衣服等。对玩具、儿童用具等经常进行清洗消毒,加强房间的通风。一旦出现发热、出疹等症状时就诊并及时隔离。

粉,近日合肥的天空开始飘起的柳絮、杨絮也让不少过敏体质患者很受伤。

专家提醒,避免杨、柳絮及花粉过敏,最重要的是与过敏原隔离,外出时可以采取一定的保护措施,如戴口罩、太阳帽或墨镜等。另外,回到家应及时清洗口鼻、皮肤等可以粘附过敏原的部位,更换外衣。出现过敏反应后可以用盐水打湿毛巾敷在脸上,起到缓解皮肤红肿的作用,如果过敏严重应及时到医院治疗。

■ 费秦茹 记者 李皖婷