

# 健康周刊 Health

◎最贴心的健康专家

## 3月13日是第三个世界肾脏日,《健康》周刊奉献特别礼物—— 关爱肾脏健康活动邀您参与

3月13日是第三个世界肾脏日,今年的主题是“令人惊奇的肾脏”,宣传口号是“您的肾脏健康吗?”目前,慢性肾脏病悄无声息地成为一个威胁全世界公共健康、最危险却也最容易被忽视的主要疾病。有资料表明,全世界的尿毒症病人正以每年平均8%的速度增长,40岁以上人群慢性肾脏病的患病率为8%到9%,随着慢性肾脏病的不断进展,发生终末期肾病和心血管疾病的危险大大增加。为此,肾脏病专家提醒广大读者从细节开始呵护您的肾脏健康。

本版撰文 快报记者 金宁

### 12日活动

时间:3月12日下午14:30-16:30  
讲座:王钢《生活中如何保护肾脏》  
地点:南京市升州路187号南京博大肾科医院2楼会议厅

为纪念第三个“世界肾脏日”,现代快报与南京博大肾科医院共同主办此次讲座。  
交通:地铁1号线三山街站西300米;35、4、7、37、游4、23、43路评事街站

提醒:12日讲座后有专家、营养师健康咨询,并免费测量血压和做尿常规检查,赠送邹燕琴、王钢教授做客中央电视台大型直播节目《健康之路》谈“中医综合防治慢性肾炎”50分钟光盘一张(赠完即止)。讲座现场设立有奖问答环节。

主讲专家:

王钢 肾脏病学专家、博士生导师、主任医师。国家卫生部优秀归国专家、国家教育

委员会“做出突出贡献的中国博士学位获得者”、江苏省名中医、国务院特殊津贴专家。现任世界中医药联合会肾脏病专业委员会秘书长兼副会长、华东地区中医肾脏病专业委员会主任委员。赴日本研修肾脏病西医学,在肾脏病临床及内、外科医疗领域研究工作30余年。作为课题负责人担任国家科技部、国家自然科学基金、国家卫生部等课题15项;获省部级科技进步奖9项;获国家发明专利5项;主编出版《现代中医肾病学》、《IgA肾病现代中医治疗》等专著12部,对中西医结合治疗难治性肾病临床经验丰富,进一步提高了我国中西医结合治疗各类肾脏疾病的临床疗效。

### 13日活动

义诊:3月13日上午8:30-11:30,江苏省中医院肾内科在该院门诊一楼大厅义诊,并为读者提供免费咨询、测量血压。  
讲座:3月13日下午14:30-16:30,江苏省中医院肾内科在该院食堂4楼大礼堂举办讲座。  
14:30-15:20 冯松杰《警惕慢性肾脏病的信号》  
15:30-16:30 周恩超《中医药综合治疗肾脏病的特色优势》

今年3月13日(星期四)是第三个“世界肾脏日”纪念日,《现代快报》、国家中医药管理局重点学科和重点专科——江苏省中医院肾内科、南京市疾控中心“生命之光”俱乐部三家将在这一天举行纪念活动。活动内容主要有义诊咨询和科普讲座。

江苏省中医院肾内科:江苏省中医院肾内科创建于1954年,是全国成立最早的中医肾病医疗小组。1955年起学科开始培养中医内科学专业学生,1979年获硕士学位授予权,1984年获博士学位授予权,是全国首批确定的中医硕士点和博士点,1995年获权建

立博士后流动站。2001年初被批准为国家中医药管理局重点学科建设单位,同时,肾内科还是国家中医药管理局“十五”重点专科建设单位、全国中医肾病医疗中心、国家中医药管理局三级实验室、江苏省“135工程”医学重点学科、国家临床药理基地肾病学科点、世界中医药学会联合会肾病专业委员会副主任委员单位、中华中医药学会肾病专业委员会副主任委员单位、中国中西医结合学会肾病专业委员会常委单位。

提醒:在13日讲座现场,读者可加入“生命之光”俱乐部,肾内科将对俱乐部成员进行定期随访,寄送肾

病方面的治疗资料。此外,现场还将向读者发放科普资料,提供免费咨询,听课者将有机会获得精美纪念品一份。

交通:南京市汉中中路155号(可乘3、5、9、18、29路公交车至莫愁路站下)。

主讲专家:

冯松杰 主任医师,医学硕士、硕士研究生导师,在中医药治疗慢性肾炎、慢性肾衰和尿路感染方面尤其擅长,对肾病患者的饮食健康教育颇有心得。

周恩超 副主任医师,医学博士,世界中医药联合会肾病分会理事,对慢性肾病、继发性肾小球疾病的中西医结合治疗颇为擅长。

### 权威技术 诚挚关怀

## 快报全科专家团 为您提供贴心服务

- 王虹 江苏省人民医院主任医师,教授
- 王水 江苏省人民医院乳腺内分泌外科主任医师,教授
- 王学浩 江苏省人民医院肝脏移植中心主任医师,教授
- 曹克将 江苏省人民医院心脏科主任医师,教授
- 殷凯生 江苏省人民医院呼吸科主任医师,教授
- 孙伟 江苏省中医院肾科主任医师,教授
- 孙建华 江苏省中医院针灸科副主任医师
- 卢苏 江苏省中医院妇科主任医师
- 丁文涛 南京鼓楼医院肝胆外科主任医师,教授
- 胡娅莉 南京鼓楼医院妇产科主任医师,教授
- 孙凌云 南京鼓楼医院风湿免疫科主任医师,教授
- 邱勇 南京鼓楼医院骨科、脊柱外科主任医师,教授
- 刘宝瑞 南京鼓楼医院肿瘤科主任医师,教授
- 陈鑫 南京市第一医院心血管外科主任医师,教授
- 陈绍良 南京市第一医院心内科主任医师,教授
- 王黎明 南京市第一医院骨科主任医师,教授
- 刘乃丰 东南大学附属中大医院心血管内科主任医师

- 陈宝安 东南大学附属中大医院血液科主任医师,教授
- 刘必成 东南大学附属中大医院肾科主任医师,教授
- 曹翔 南医大二附院老年心血管科主任医师,教授
- 季国忠 南医大二附院消化科主任医师,副教授
- 张晓俊 南医大二附院眼科主任医师,副教授
- 朱佳 江苏省中西医结合医院呼吸科主任中医师,教授
- 王佩娟 江苏省中西医结合医院妇产科中西医结合主任医师,教授
- 谢林 江苏省中西医结合医院胃肠科中西医结合主任医师,教授
- 丁文江 南京市中医院肛肠科主任医师,教授
- 王业奎 南京市中医院肛肠科主任中医师,教授
- 许争峰 南京市妇幼保健院产前诊断中心主任医师,副教授
- 刘晴梅 南京市妇幼保健院产科主任医师
- 童国庆 南京市妇幼保健院生殖健康中心主任医师
- 莫绪明 南京市儿童医院心胸外科主任医师,教授
- 沈卫民 南京市儿童医院烧伤整形科主任,教授
- 袁晓明 南京市儿童医院新生儿医疗中心副主任医师,教授

(专家排名不分先后)专家名单不断添加中

### 维生素小知识(十)

# 维生素C对过敏性疾病的辅助治疗

陈炜俊 蔡美琴 上海交通大学医学院营养系

过敏性疾病是指机体受过敏原,如花粉、粉尘、食物、药物、寄生虫等刺激后,引起的组织损伤或生理功能紊乱,属于异常或病理性的免疫反应。过敏性疾病按过敏原进入机体途径的不同可以分为:吸入性疾病(过敏性哮喘、变应性鼻炎)、食入性疾病(食物过敏)、接触性疾病(接触性皮炎、荨麻疹、紫外线过敏)等。目前的临床

研究和实践证明,维生素C能缓解某些过敏性疾病的症状,在临床上可对其起到辅助治疗的作用。维生素C对过敏性紫癜有辅助治疗作用;过敏性紫癜是常见的血管过敏性疾病,为皮肤科常见病。过敏性紫癜主要损害的部位是直径<0.1毫米的毛细血管和小静脉,导致毛细血管脆性及通透性增加,产生皮肤紫癜,粘膜及某些器官出

血。目前有临床报道大剂量维生素C分别结合氢化可的松等药物治疗过敏性紫癜,比后者药物单用具有更好的治疗效果,且无毒副作用。一般认为维生素C对过敏性紫癜的辅助治疗机制是:维生素C作为一种强还原剂,可阻止相关细胞产生氧自由基,保护血管内皮细胞不被氧化损伤;可改善并影响淋巴细胞合成免疫球蛋白;有助于血管

胶原蛋白的合成,降低毛细血管的通透性,并能减轻血小板的聚集,使血流畅通、减少渗出。维生素C有缓解过敏性鼻炎症状的作用:过敏性鼻炎为常见病、多发病,是鼻腔黏膜组织的一种非感染性炎症;是由外界的过敏原与鼻腔黏膜的免疫防御性细胞发生了特异性反应而出现的一系列鼻部症状的一种慢性

鼻部疾病。花粉、虱子、冷空气、废气等化学物质以及紧张等因素皆可引发过敏性鼻炎。过敏性鼻炎的发病机理是由于异物(抗原)侵入体内,体内产生与抗原相对应的抗体,二者结合出现抗原-抗体反应,导致效应细胞释放出组胺等活性物质,从而导致过敏反应。释放出的组胺可刺激副交感神经,使其功能异常活

跃,从而出现打喷嚏,流涕、鼻塞、鼻痒等过敏性鼻炎的常见症状。维生素C在体内能够抑制组胺的生成,且可改善毛细血管通透性,减少组织液的渗出,从而减轻流涕、喷嚏等过敏性鼻炎的症状。鲜枣、西红柿、猕猴桃等食物富含维生素C,过敏性鼻炎患者可考虑酌情增加这些食物的摄入或服用维生素C补充剂。

现代快报  
Modern Express

