

# 警惕沉默杀手肾脏疾病

部分人即使肾脏功能受损50%可能仍没有症状



肾脏最容易受到药物的伤害

3月12日(本周四)是第十届世界肾脏病日,此次肾脏病日的主题是“人人享有肾脏健康”。据了解,目前中国有9000多万肾脏病患者,已造成近200万的尿毒症患者。江苏省中医院肾内科主任、主任医师、博士生导师孙伟教授认为,肾脏病一直被喻为健康的沉默杀手,尽管透析和移植能拯救病人的生命、提高生活质量,但不管透析或肾移植,病人及其家庭以至社会,都要承担巨额的医疗费用。因此预防肾脏病比治疗肾脏病更为重要。现代快报记者 金宁

## 发现苗头 建议半年查一次尿常规

据江苏省中医院肾内科主任孙伟教授介绍:肾脏相当于人体的排毒机器,它具有强大的代偿能力,有时即使肾脏功能受损达50%,人体可能仍然没有不适症状,所以肾脏病常被称作“沉默杀手”,如何及早发现这个“沉默杀手”呢?孙伟教授建议:至少每半年做1次尿常规检查。尿是肾脏的一面镜子,尿常规可有效地反映肾脏是否受损,帮助医生了解患者是否存在血尿、蛋白尿、管型尿、低渗尿等情况。所以健康人每半年检查尿常规就可及早发现是否有肾脏疾病。

如果有早期肾病,尿常规会有异常,此时再增加一点花费,查一查肾功能即可确诊。糖尿病、高血压、心脏病、痛风、肝炎及有肾脏病

家族史人群都是肾脏疾病的高危人群,更要增加检查频率。同时如发现泡沫尿、血尿、尿色变深、尿量过多或过少、60岁以下人夜尿频等情况别掉以轻心,应及时就医。

## 专家提醒 小感冒也会引起慢性肾炎

感冒,这种常见的小小疾病,却存在着诱发肾脏病的巨大风险。孙伟教授介绍,在省中医院肾内科日常接诊的患者中,有一种叫做“1-gA”肾病的慢性肾病,经过问诊大多数患者表示在发病前的很短时间存在感冒,医学研究也证明了上呼吸道感染与此类肾病的发病存在着客观联系。

当感冒后出现持续乏力或腰酸酸痛、水肿、肉眼血尿时,应当警惕“肾炎”的发生,并及时向医生咨询。同时切记一定不能乱用感冒

药,尤其是抗菌药物。因为包括青霉素类、头孢霉素类等在内的抗菌药和一些解热镇痛药,都会对肾脏造成损伤,引起肾脏损害,若不及时处理,便有可能进入终末期肾病,即我们所说的尿毒症。

孙伟教授说,相比成人,儿童感冒后的“肾炎”有其特殊性。儿童最常见的原因是急性链球菌感染导致肾炎,多在罹患扁桃体炎后的7-20天发生,以血尿为初发症状,可轻可重。但因该病是自限性的,一般经休息或对症治疗3个月后可自行恢复,因此家长无需过度惊慌,当患儿出现肉眼血尿时,应立即就诊。

## 药物毒性 千万不能忽视你的常用药

药物好比是一把双刃剑,在治疗疾病的同时,或多或少会对人体造成伤害。孙伟教授说,肾脏作为

人体负责药物代谢和排泄的最主要器官,最容易受到药物的伤害。“很多人以为中草药、民间偏方不是西药,是安全的”,这个观念是错误的。其实许多中药如关木通、龙胆泻肝丸、木防己、马兜铃等都有肾毒性,服用不当或超量同样可以损害到肾脏、肝脏。更何况是连什么成分都不清楚的“神药”“秘方”。

解热镇痛药是伤害肾脏的重要药物。各种感冒药,如安乃近、酚氨咖敏片、对乙酰氨基酚、复方盐酸伪麻黄碱缓释胶囊;止痛药,如布洛芬、吲哚美辛、萘普生、双氯芬酸钠制剂、复方对乙酰氨基酚片、塞来昔布等,都可能造成肾损害。“现在患高血压的人很多”,孙伟教授介绍,常用的降压药物中利尿剂、血管紧张素转换酶抑制剂和血管紧张素受体拮抗剂可能引起肾损害。

# 坐完过山车头痛欲裂 原来是急性鼻窦炎发作了

28岁的王先生怎么也没想到,只是坐了一次过山车,就诱发了严重的头痛并因此住进了医院。刚坐完过山车,王先生只感受到了右眼眶上部的疼痛,但不剧烈,所以当时并未在意。没想到第二天开始,疼痛加剧并合并右半侧头部胀痛。不得已,王先生只能到医院求助。最初他在神经内科门诊以“头痛待查”收入院,而经过专家会诊发现,头痛的祸首居然是王先生的鼻窦炎急性发作。

现代快报记者 李鑫芳

## 鼻窦炎引发的头痛有特点

明确病因后,医生立刻给予止痛、扩张血管、改善循环、抗炎等对症支持治疗,很快,王先生的头痛症状就得到缓解。南京明基医院耳鼻喉科主治医师汤伟提醒,鼻炎、鼻窦炎,在很多人看来只是小毛病,但其实这些毛病也会严重影响生活质量,它们不仅要及时就医,有些情况下可能还需要手术治疗。

人的鼻窦有4组,它们的开口均与鼻腔相通,如果急性上呼吸道感染控制不佳,很容易继发急性鼻窦炎。鼻窦本身就在头颅骨内。当鼻窦有炎症时,由于鼻腔阻塞不通、炎症刺激等因素影响,就可能引起或轻或重的头痛症状。那如何

区分它们与其他的头痛?医生说,鼻窦炎引起的头痛其实有很明显的特点。如果晨起感觉额头闷痛,尤其眼眶处疼,之后渐渐加重,午后又减轻,至晚间全部消失,这可能是额窦炎。如果脸颊和上面的牙齿疼,可能是上颌窦炎。如果眼球深处疼痛,还出现早晨轻、午后重的枕部头痛,可能是蝶窦炎。青年人常见的头痛病因,大多在鼻腔鼻窦。如果你既有头痛的症状,又有鼻子的症状,建议先去耳鼻喉科就诊,排除鼻窦鼻腔疾病后再去神经内科。但是老年人,还是建议先去神经内科,排除脑血管病。

## 鼻窦炎需要手术治疗吗

王先生的鼻窦炎已经引发了

严重的头痛,那像他这种情况需要手术治疗吗?汤伟说,在疾病的急性发作期不会手术,而当病情稳定,炎症得到控制后,是否需要手术,也要看具体情况。如果是轻度鼻窦炎,而且不是患病时间很长,首选还是药物治疗。如果反复发作,或者用药治疗没有效果,严重影响生活,才考虑手术治疗,“很关键的一点,需不需要手术,患者的主观感受很重要,如果患者不认为疾病影响了他的生活,那就不能盲目手术,毕竟手术存在一定的风险。”

## 不要轻视鼻炎这个小毛病

眼下正是呼吸道疾病的高发

期,鼻炎、鼻窦炎发作的患者也比较多。但真正重视这些疾病的人却不多,汤伟提醒,不要轻视这些小毛病,它们也会带来很多健康隐患。比如长期鼻塞不通气,有人就会张口呼吸,而张口呼吸非常不健康,特别对正在发育中的孩子来说,甚至会影响他的脸型发育。

另外,像儿童鼻窦炎还可引起气管与肺部炎症,甚至引起颅内感染。医生说,引起鼻炎、鼻窦炎的因素有很多,比如鼻腔结构的异常、外伤,甚至感冒。而其中减少感冒是预防鼻炎、鼻窦炎很重要的一点。如果你不幸患了感冒,那也一定要让疾病“好透”,否则鼻子就会跟着遭殃。

# 二附院成功抢救熊猫血外籍患者

近日,南医大二附院急诊室收治了一个病情危重的老外——来自英国的南师附外教麦克先生。据麦克夫人介绍,平素身体强壮的麦克先生早晨起床后突然言语不清,头痛并伴有呕吐。急诊科医师检查发现,麦克先生颅内出血合并颅内血管畸形,且出血量大,中线结构偏移,情况危在旦夕。为了进一步治疗,麦克被安排住进了南医大二

附院12病区神经外科病房。

在认真咨询了患者发病前的状况后,神经外科李英斌主任又仔细为患者做了全面的检查,建议麦克接受手术治疗。主治医生用英语耐心地与家属沟通,解释手术的必要性以及手术的风险性,但是麦克夫人仍犹豫不决,并向英国医生咨询,英国医生也建议手术治疗。当医疗小组紧张地为麦克先生做术前

准备的时候,又一个突发情况挡在了大家面前,麦克平时一直服用阿司匹林,术中血液可能难以凝固,且化验结果麦克为RH阴性血型,俗称熊猫血。而医院得到的消息是,南京市仅仅可以调配到500ml。此时麦克已接近昏迷,已经不能继续等待了。李英斌主任决定在复杂的情况下给患者进行手术。

据了解,手术由李英斌主任主

刀,拯救生命的手术紧张地进行,每一步都要精确精确再精确,因为准备的血只有500ml,精密的切开,准确的定位,显微镜下的止血,切除畸形血管,3个小时,没有输血,医疗团队漂亮地完成了手术。术后第二天麦克神志清楚,并且可以下床活动,当麦克的妻子告诉英国的医生麦克先生已经可以说话的时候,对方连说难以置信。乔冠群

## 健康资讯

### 压力性尿失禁患者 临床研究受试者招募

目前南京医科大学第二附属医院泌尿外科正在开展无张力尿失禁悬吊系统用于治疗女性压力性尿失禁安全性和有效性的多中心、随机、阳性对照临床试验。现面向社会招募良性前列腺增生症患者。招募条件如下:1.符合本方案压力性尿失禁的诊断标准;2.18-75岁女性,无生育要求;3.符合中重度尿失禁(咳嗽、活动后漏尿)诊断标准。其间,将免费为您尿失禁悬吊系统、免费手术,同时为您提供全面的盆底功能评估:妇科检查、压力试验、尿垫试验、尿动力学检查等一系列检查,并由南京医科大学第二附属医院泌尿外科专家卫中庆教授领衔的盆底及排尿障碍中心的团队为您提供相应医疗服务。研究结束时,您还将获赠免费一年的随访检查费及诊疗。如果您符合招募条件,想进一步了解该临床研究相关信息或愿意尝试参加,请与泌尿外科丁留成医师联系。何松明

### 三月女人节 健康大讲堂开讲

“上火”为民间俗语,又称“热气”,属于中医热证范畴。中医认为人体阴阳失衡,内火旺盛,即会上火。因此所谓的“火”是形容身体内某些热性的症状,而上火也就是人体阴阳失衡后出现的内热症候,常会出现眼睛红肿、口角糜烂、尿黄、牙痛、咽喉痛等症状。

3月13日下午2点,健康大讲堂特邀南京中医药大学国医堂刘庆帮副教授和您聊聊“上火”的那些事儿。讲座将从中医体质辨识的角度出发,结合节气变化,解读上火的各类原因,帮您找到对付上火的中医调理方法,度过一个水漾的春季。

健康大讲堂地点:南京汉中路282号南京中医药大学国医堂五楼(地铁2号线汉中门站1号出口)。请读者听课前拨打现代快报读者咨询热线96060预约,名额50名为止。

#### 专家介绍

刘庆帮 南京中医药大学副教授、副主任中医师

从事中医临床及教学工作二十余年,对中医历代名家的学术思想和临床经验有深入的研究,擅长中医辨证治疗呼吸病、胃肠病、风湿病、妇科疾病、皮肤病等。尤其对慢性支气管炎、哮喘、慢性胃炎、腹泻、便秘、月经不调、盆腔炎、不孕症、痤疮、皮炎湿疹、荨麻疹、关节炎、急慢性腰痛等疗效较佳。

门诊时间:每周三上午南京中医药大学国医堂专家诊室

### 中大医院 增设心理咨询门诊

随着现代化生活节奏的不断加快,各种精神疾病和心理行为问题已经成为严重危害人们身心健康的重要问题。为满足日益增多的心理问题人员的需求,东南大学附属中大医院心理精神科决定从即日起,增设心理咨询门诊,由专业的心理医生(均为国家注册心理师、心理治疗师或心理咨询师)接待。心理咨询门诊开放时间为每周一至周五全天、周六上午,有相应需求者可在医院本门诊大楼二楼挂号,前往门诊大楼5楼1诊室心理咨询门诊接受咨询。程守勤