

慢性肾病起病隐匿,亟需及早预防治疗

高邮市中医医院 内科 主任医师 丁国培



国际肾脏病学会,国际肾脏病联合会于2006年确定每年3月份第二个星期四为“世界肾脏病日”,以此来唤醒大众对肾脏病的认识,以及政府部门对肾脏病的关注和投入。

肾脏病是一个常见病,也是一个严重危害人类健康的重大慢性疾病。相关流行病学资料显示,我国人群中慢性肾脏病的发生率约为11-13%。据此我国患该病患者超过1个亿。肾脏繁杂的生理功能及其特有组织结构的特点,使它在多种情况下易罹患或损伤。虽然根据病因肾脏疾病被分为原发性、继发性

和遗传性肾脏病,但在其诊断上还面临着极大的挑战。

慢性肾脏病是指持续超过3个月的肾脏结构及功能方面的异常。由于慢性肾脏疾病起病隐匿,发展隐匿,多数患者错过了早期诊断和治疗的体会,直到得了尿毒症才发现,形成了知晓率低(不足10%),诊断率低,控制率低的情况,然而,如果能在患病早期,即被发现并给予确当的治疗,慢性肾脏病完全是可以缓解或得到有效控制的。

如何早期发现慢性肾脏病呢?一是高危人群,即患有有可能引起肾脏损害的疾患,如高血压病、糖尿病病人进行及时有效的早期干预,防止慢性肾脏病发生。二是当您发现下肢及面部浮肿、血尿、尿中泡沫较多、夜尿增多时,应到医院检查尿常规和肾功能,必要时请肾脏专科医生进行进一步诊治。三是在预防和治疗肾脏方面,建议所有成年人应每年测量血压,进行尿常规分析和肾功能检查(费用相当低廉)。对全身慢性疾病病史或肾脏病家族史的患者可作B超检查;对已患有慢性肾脏病应在专科医师指导下,定期监测生化指标,控制蛋白摄入,纠正各种加剧肾功能恶化的因素,治疗已出现的并发症。四是没有肾脏病的健康人群做好预防,减少盐的摄

入,饮食宜清淡;平衡膳食,避免蛋白质的摄入过量等。

中西医结合治疗慢性肾脏病是我国医疗领域一大特色。中医治疗着眼于整体,重视内因,通过正确的辨证论治,许多患者病情得到缓解,保持较好的生活质量,延缓肾功能恶化的趋势。

作者简介:

丁国培,主任中医师,扬州市中医学学会理事、市医学会中医专业委员会副主任委员。毕业于南京中医学院中医系,曾师随赵养生、童和斋等老中医侍诊。并到上海中医学院附属龙华医院师从徐嵩年、陈以平等教授进修中医肾病,深得其传。从事中医工作几十年,在内科疑难杂症临床方面有一定建树。对急、慢性肾小球疾病以及系统性红斑狼疮等自身免疫性疾病诊治研究颇有见长,愈病日众。此外,对急、慢性支气管炎、支气管哮喘、慢性肝炎、肝硬化腹水、慢性胃病,慢性腹泻等方面治疗效果显著。先后在省级以上医学杂志发表论文10余篇,其中撰写的《略论肾小球疾病从脾论治》、《辨证治疗小儿紫癜性肾炎31例》、《外感咳嗽辨治析微》等文章先后获奖,主编《中医预防保健常识》,并参与《中医诊疗学》中草药章节编写。

眼前黑影怎么回事?

高邮市中医医院 眼科 副主任医师 葛金旭



眼科医生常会听到一些病人诉说:有时眼前会有半透明的黑影在飘动,这些黑影有的像圆圈,有的像弯曲的细线,有的像烟尘,有的像苍蝇或蚊子的翅膀,形状多样,随着眼球的转动上下左右飘来飘去。

这是什么病

绝大部分人都属于生理性飞蚊症,没有大的危害不需要治疗,但少数病人是病理性飞蚊症,是由于眼底严重的疾患,如眼底出血、异物、炎症反应、玻璃体后脱离、视网膜裂孔、视网膜脱离的早期现象所导致,不及时有效地进行治疗后果严重,可致盲。

为什么人们的眼睛有时会出现黑影漂浮的现象

玻璃体是位于眼球中后段的内容物。正常情况下呈透明的凝胶状态。如果出现不透明体,如血液及其他有形成份侵入,就称为玻璃体混浊,就好像一杯清水中漂浮着几片茶叶一样,这时就会看到眼前有点状或丝状黑影飘。

哪些疾病会引起眼前黑影:

最常见的是老年性变性、近视性变化、玻璃体后脱离和生理性飞蚊症,此外视网膜脱离、葡萄膜炎、视网膜炎、玻璃体出血等疾病也可出现眼前黑影等临床表现。

如何治疗

1.老年性变性、近视性变化、玻璃体后脱离和生理性飞蚊症,多属于玻璃体退行性改变,因为对视力影响不大,可随访观察,一般不需要治疗。平时注意饮食,少吃高脂肪、高胆固醇类食物,多吃蔬菜、水果,及含碘丰富的紫菜,海带等,以延缓眼底动脉硬化,降低血脂,减缓退行性的改变的进程。即使治疗也仅需一般益肾明目的中成药,含碘制剂。

2.对于慢性葡萄膜炎、视网膜炎、及各种原因引起的玻璃体出血所引起的玻璃体混浊,应到医院检查,接受专科医生的治疗,包括药物治疗和必要时的手术治疗

3.视网膜裂孔,激光治疗。视网膜脱离需手术治疗

总之,在少数情况下,眼前有黑影飘动,是一些致盲疾病非常重要的预警信号,最好到医院检查,明确是生理性的“飞蚊症”,还是某种眼底疾病引起。切不可掉以轻心。

作者简介:

葛金旭,副主任医师,眼科副主任,曾在江苏省人民医院眼科进修深造。在眼科疾病,角膜病、虹膜病、青光眼、眼底病等方面拥有丰富临床经验,常规开展常见眼科显微手术,在省级杂志发表专业论文多篇。

儿童多汗探讨之二

高邮市中医医院 儿科 主治医师 陈真堂

上一节我们探讨了儿童多汗的一些常见的概念及分类,这一节我们重点探讨儿童多汗的护理与治疗。

一、多汗的一般性护理:

1.三勤:即勤擦、勤洗、勤换。要及时擦去小孩头上和身上的汗液,经常换洗小孩内衣内裤,并注意个人卫生。

2.不论白天还是夜晚,睡觉时都不要直接对着风吹,以免冷风袭入毛孔内而受凉。

3.平时多喝水,补充水分和盐分。

4.合理饮食、合理喂养,多吃蔬菜瓜果。小婴儿、生长发育较快的儿童要及时补钙。

5.平时要注意一些其他并发症,对于安静状态下经常出汗的小孩,应及时就医。

二、常见多汗的针对性护理与治疗:对于儿童病理性多汗根本是去除疾病,加以调理。

1.佝偻病引起的多汗:积极补充维生素D以及钙制剂,同时适当同时补充铁、钙、锌等微量元素,食物中如鱼、虾皮、骨头等钙含量很高的,同时注意合理膳食营养。

2.如果小儿常在天亮前等空腹时出现多汗,同时伴有面色苍白、脉搏细弱而快,则有低血糖的可能,这



时可给孩子喝些糖水或进食些糕点,即可纠正。

3.蹲下突然站立起来时多汗应注意脑部暂时缺血引起的体位性低血压,平躺休息一会儿一般可以改善,平时站立应该速度要慢;如果平躺休息一会儿不改善,要医院及时做相关检查。

三、多汗的中医治疗:

1.肺卫不固:平时以自汗为主,或伴盗汗,平时易感冒者多见,可使用玉屏风散合牡蛎散加减。

2.营卫失调:平时以自汗为主,或伴盗汗,汗出遍身而不温、精神疲倦者,可使用黄芪桂枝五物汤加减。

3.气阴亏损:平时以盗汗为主,或伴自汗、形体消瘦、汗出较多,神萎不振,多见急病、重病、久病或平素气阴两虚者,可使用生脉散加减。

4.湿热迫蒸:盗汗或自汗,以头或四肢为多,汗出肤热,汗渍色黄,口臭,口渴不欲饮,小便色黄者,使用泻黄散加减。

另儿童吃中药,不太配合,可以使用一些常用中药的如黄芪、党参、红枣、浮小麦、糯米给孩熬粥吃也很一定的好处;也可以把中药做成胶囊;或者到医院把滋补调理的药做成膏方,膏方的优点是药效稳定、柔和、口感好,适合孩子服用。

作者简介:

陈真堂,主治医师,曾在全国知名的专科医院——上海儿童医学中心进修学习,对儿科的常见病,多发病,危急重病有着丰富经验,尤其对儿科的呼吸、消化等疾病有研究。

不能小看“阑尾炎”

高邮市中医医院 外科 副主任医师 赵振坤

阑尾是人的一个器官,是一个淋巴器官,参与人体的免疫功能,30岁后阑尾的免疫功能已很小,因此成人切除阑尾无碍于人体的免疫功能。近年来研究证明,对于未成年人切除阑尾并无明显影响。

常有人说每个人都有“阑尾炎”,这句话不准确。每个人都有“阑尾”,而“阑尾炎”是一种疾病,也就是过去人们常说的“盲肠炎”。在过去因生活水平低下,医疗条件有限,有不少人因“阑尾炎”产生严重后果,甚至死亡。现如今也有因未能重视,引起“弥漫性腹膜炎”“阑尾脓肿”“门静脉炎”“肝脓肿”“中毒性休克”等,所以不能小看“阑尾炎”。

阑尾位于大肠起始部,即盲肠部位,相对固定,不是人们常说的“男左女右”,准确地说位于右下腹部,左髂前上棘与脐连线的中处1/3处,并有极少数阑尾位置变异的,可位于腹腔任何其它部位。

说起来“阑尾炎”是个小毛病,但要



明确诊断并不都是很容易的事,它需要与某些引起“腹痛”的疾病鉴别,如“急性胃肠炎”“消化道穿孔”“急性胰腺炎”“尿路结石”,对于女性病人需要注意是否为“急性盆腔炎”“附件囊肿扭转”“宫外孕”等,另外还有特殊类型“阑尾炎”,包括“新生儿阑尾炎”“小儿急性阑尾炎”“妊娠期急性阑尾炎”“老年人急性阑尾炎”“AIDS/HIV感染病人的阑尾炎”等,其临床表现及体征极不典型,临床上常延误诊断和治疗。对于少数病情严重的病人需在剖腹探查手术中明确诊断。另外也有极少数“阑尾脓肿”“回盲部脓肿”病人,首先表现出“阑尾炎”的症状,往往在手术中才能发现明确诊断。

“阑尾炎”的治疗很明确,“阑尾切除”手术是首选治疗方案,也是最合理的治疗方法,包括“慢性阑尾炎”和“特殊类型阑尾炎”。

生命来源于健康,健康需要每人自己关注、呵护,“小洞不补,大洞吃苦”这是一句很朴素的语言,所以“阑尾炎”一定不能“小看”。

作者简介:

赵振坤,医教科副科长,副主任医师。毕业于徐州医学院临床医学系,曾在上海肿瘤医院深造,擅长肿瘤外科、腹部科的手术治疗,曾在国内多家权威杂志发表过数篇学术论文。



中医院之窗

总第128期
2012年第5期
www.84610120.com

健康之友

主持人:夏在祥 特约编辑:陈进

医讯:

●江苏省中医院耳鼻喉专家陈国丰教授将于4月1日来我院义诊、手术。请患者提前挂号。

●省肿瘤医院郭仁宏教授,每月定期来我院肿瘤科进行义诊、查房、教学。