

肾衰竭“刚萌芽”时 身体有这些异常

▲ 广东省惠州市中心人民医院 林伟平

肾衰竭对于一个人的健康所产生的打击是很大的。因此，在生活中，人们应当对肾衰竭萌发的信号予以了解。那么，人们刚刚患有肾衰竭的时候，身体会出现哪些异常情况呢？

肾衰竭的基本症状

肾衰竭通常是由于急性血容量不足、心血管疾病、代谢性疾病、肾小球疾病等原因而导致的一种现象，肾衰竭早期容易出现水与电解质失衡、心脑血管疾病发生、消化系统异常、尿量及尿液成分改变及肌肉骨骼功能结构异常等，需要及时到正规医院的肾内科进行治疗。一般来说，肾功能衰竭可分为急性肾功能衰竭和慢性肾功能衰竭，这是依据病情进行划分的。而急性肾功能衰竭早期的症状是恶心、呕吐、乏力、浮肿或者是尿液减少，往往有一些明确的诱发因素，不管是肾前性因素，肾性因素还是肾后性因素，只要积极地配合医护人员的治疗。急性肾功能衰竭在大多数情况下，都可以恢复到正常的状态。那么，在肾衰竭早期，人们会出现哪些具体症状呢？

肾衰竭早期的症状

水与电解质不平衡，是肾衰竭早期可能会出现症状。当人体肾功能下降时，容易导致水钠潴留，会有水肿的情形，主要水肿部位为：颜面、眼睑、下肢及其他肢体下垂

部位。同时伴有血清钾离子异常，钾离子的升高或降低，可诱发心律不齐等严重后果。此外，还有可能会导致心血管系统出现异常，如体内水分过剩、高血压并发症、心脏负荷增加引起心力衰竭等问题。此外，消化系统异常也是肾衰竭早期容易出现的一种症状，具体表现在食欲不振、恶心呕吐等，这些也都是早期尿毒症的常见症状。同时，口腔可能会出现尿味或者是金属气味。不仅如此。肾衰竭还容易导致人体出现血液系统障碍。这是由于在肾衰竭早期，肾脏分泌促红细胞生成素不足，常常会有贫血的情况。神经系统障碍也是肾衰竭早期出现的一种常见病症，症状的具体表现为疲倦、嗜睡、记忆丧失，癫痫以及昏迷等。皮肤的改变，作为肾衰竭早期一种非常重要的症状，主要体现在尿毒废物和钙沉积于皮下组织，常有皮肤干燥、瘙痒、肤色灰暗的现象，指甲易断、有白色横纹的出现。不仅如此，肌肉骨骼组织异常也是肾衰竭早期常见的一种病症，具体表现为肌肉酸痛、骨骼疼痛、四肢无力等。由此不难看出，肾衰竭早期给人所带来的影响是很大的。因此，在日常生活中，人们必须对这些异常情况予以密切关注。必要时，应当及时地前往医院就医。

除此之外，肾衰竭早期还有其他的症状，第一。排尿异常，如尿频、尿急、尿痛等。尿频主要是指人体排尿的次数增加。一般来说，正常人白天平均排尿4~6次，夜间0~2次。尿急主要是指一有尿意及排尿或者是刚

排的，又急着要排尿，常常不能够自我控制。尿痛则是指在排尿的过程中，尿道产生疼痛或者是烧灼感这三种症状，并且是泌尿系统出现严重的应用特征。第二，腰痛。肾衰竭早期患者可能会出现肾绞痛，疼痛突然发作，常向下腰、外阴以及大腿内侧等部位进行放射，而且间歇性的剧烈绞痛是其主要的一种疼痛形式，常由输尿管内结石，血块或坏死组织梗死所导致的。第三，浮肿。肾是人体排出水分的主要器官，如果肾脏患病，水分就不能够及时排出体外，可能会留在体内。这种情况被称为肾性浮肿。水肿的程度可轻可重，轻者呢并没有明显可见的浮肿，只是体重增加或者是清晨眼睑稍微肿胀。而重者则可能会出现明显的水肿，甚至有胸、腹腔积液，导致体重增加数十公斤，这种被称为重度浮肿。皮脂增加醛固酮的分泌，导致肾小管中的水、钠的重吸收增加和滞留。由此不难看出，肾衰竭的症状是繁多的，在早期只要做好及时有效的防范意识，积极配合医护人员共同对肾衰竭的早期症状进行治疗，是有希望能够使患者恢复健康的。

肾衰竭早期的治疗方案

消化系统表现 由于水和毒素在体内积蓄的量越来越大，导致病人在消化系统方面出现水肿的问题，继而出现腹胀、食欲缺乏、恶心、呕吐等情况。因此，在日常生活中应当注意好饮食，并将低盐低脂优质蛋白作为

饮食的基本要求，适当地使用胃肠道动力药物改善消化道症状等，若患者血肌酐明显升高、药物治疗效果差，可考虑行肾脏替代治疗，促使患者的病情得到很大程度的恢复。

呼吸系统表现 呼吸时，肾衰竭早期患者可能会发出氨气的味道，这是由于尿素通过呼吸道排出，而导致其增加所影响的情形。如果情况严重，则可以在医生的指导下，利用金银花、连翘等来进行治疗。在日常生活中，患者应当以清淡饮食为主，多吃新鲜水果和蔬菜，尽量不吃生冷、油腻、辛辣、刺激性的食物。

瘙痒 由于毒素刺激皮下的感觉神经末梢所导致的瘙痒，且局部没有皮炎、湿疹等表现，主要是通过加强肾透析排毒排出磷来对其进行干预。如果没有效果，则可能与患者皮肤的腺体萎缩以及皮肤的干燥和皮肤高敏状态具有一定的关联。这时，患者需要应用抗过敏的药物，比如说苯海拉明等，还有一些外用的保湿、润滑的涂剂等来对症处理以缓解瘙痒的症状。

总的说来，肾衰竭的症状十分复杂，可能会给患者的身体健康带来很大伤害。因此，在人们的日常生活中应当对肾衰竭早期的症状进行深入地分析，并采取切实有效的治疗措施，将肾衰竭的症状予以处理。这样做就能够使得人们的身体健康得到保障。但在用药时，应当严格按照医生的指导，并且要注意药物过敏的情况。

急性心肌梗死的识别与急救

▲ 广西柳州市柳城县人民医院 梁林华

急性心肌梗死发病急、死亡率高，一旦发生，周围人常常手忙脚乱，不知所措，从而失去了对患者的最佳救治时机。那么，当遇到急性心肌梗死患者时，第一时间该怎么办？掌握这方面的知识，在关键时刻有可能挽救一个人的生命。

警惕急性心肌梗死的前兆症状

长时间的心绞痛 大部分人会突发持续20 min以上的心绞痛，既往有过心绞痛的患者，症状会加重，时间可能延长。同时还伴有烦躁不安、出汗、恐惧或濒死感。

胃肠道反应 可能会出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠道的症状。

休克、晕倒等症状 少数人不会感受到疼痛，而是直接休克、晕厥。

与劳累有关的全身性疼痛 患者一劳累或一激动，就出现身体疼痛，一休息疼痛就消失了。而且疼痛不一定是心脏相关部位，可能是肩膀疼痛、后背疼痛、胃疼甚至可能

是牙疼。

除了典型症状外，现实生活中还有很多不典型的症状，以下这些部位出现的疼痛不要忽视，都可能是心肌梗死的前兆！

心前区的疼痛 心前区的疼痛是心肌梗死患者最常出现的先兆表现。当患者出现突发性心前区压榨性憋闷性疼痛，且持续20分钟以上不能缓解，伴有明显的大汗淋漓、面色苍白、恶心呕吐等临床表现，就必须考虑是否是心肌梗死造成，要及时就医治疗。

前胸左肩以及左腋下疼痛 心肌梗死的发生还容易放射到前胸部、左肩以及左腋下等，一般疼痛不是很剧烈，部分患者疼痛可能会放射到小指和无名指。当患者出现前胸左肩疼痛并伴有胸闷气短症状时，需要及早进行心脏的相关检查。

胸骨后疼痛 对于有冠心病史的患者来说，如果出现胸骨后以及颈部的疼痛且呈阵发性闷痛并伴有胸部明显的紧迫感时，必须到医院就诊检查。

后背痛 后背疼痛是心肌梗死发生比较罕见的症状，若患者出现后背疼痛并伴有胸痛、盗汗、恶心呕吐等症状时，需要到医院进行专业的心脏检查，确诊为心肌梗死之后进行早期的干预治疗。

上腹部疼痛 当患者上腹部疼痛并伴有脉搏不齐、四肢发冷症状时，需要警惕急性心肌梗死的可能。当心脏病变时会影响全身系统的血液循环，导致胃部出现压迫灼烧感，甚至扩散到左肩背部以及上臂内侧。

咽喉痛 由于咽喉与心脏共同由脊神经支配，当心肌缺血缺氧时，产生较多的酸性物质和多肽物质会刺激神经产生疼痛并扩散至咽部的神经，引起咽喉肿痛。

偏头痛 患者出现偏头痛症状时必须警惕心肌梗死的发生，偏头痛和心脏病变都是由自主神经系统失衡造成的。另外心肌梗死的患者表现为偏头痛是由心肌梗死前期血管痉挛导致脑血管痉挛引起的。

下颌以及牙齿疼痛 在极少数情况下，心肌梗死的患者在发病前期会出现下颌以及牙齿的疼痛，但是多数情况下会伴有胸痛、肩膀痛以及出冷汗等症状。

左下肢以及左腹股沟疼痛 当患者出现左下肢以及左腹股沟疼痛并伴有憋气出汗症状时，需要警惕急性心肌梗死的发生。

现场第一时间急救

第一，患者立即停止一切活动，就地平卧休息，控制紧张焦虑的情绪。

第二，家属或周围人立即拨打120电话求救。

第三，为患者测量血压、心率。

第四，患者立即舌下含服硝酸甘油1片（0.5毫克）。如果症状不缓解，3分钟~5分钟后可再次含服硝酸甘油1片，最多不能超过3片。

第五，有吸氧条件的家庭可立即给予吸氧。因患者心肌耗氧量增加，表现为不同程

度的心肌缺氧，吸氧可以为心肌提供氧气。

第六，若在等待救护车期间患者出现心跳聚停，要及时进行心肺复苏。

医护人员到达现场后的急救

生命体征的监测 医护人员到达现场后，让患者就地平卧，立即给予吸氧、心电图检查，观察有无病理性Q波、有无ST-T改变（心肌缺血的重要参考指标），询问病史，测量血压、脉搏、体温，观察呼吸的情况；同时，给予患者精神的安慰，稳定其情绪。

镇静止痛 急性心肌梗死患者有心前区疼痛伴濒死感，应立即给予患者硝酸甘油0.5毫克舌下含服。如果症状不缓解，可为患者肌注哌替啶50毫克~100毫克。

快速建立有效的静脉通道 为了保证一次穿刺成功，常选择粗大且直的肘正中静脉进行穿刺，采用Y型静脉留置针，妥善固定，便于静脉给药且搬运患者时不易脱出及外渗。

安全转运 对患者初步进行急救处理后，应尽快将其转入院内进行治疗。转运途中患者易发生心律失常及心脏性猝死，要保证安全转运。

急性心肌梗死预防很重要，平时要清淡饮食、戒烟限酒、适当运动、规律作息，做好血压、心率、血糖、体重等指标的监测。如果遇到疑似心肌梗死患者，一定不要慌乱，要及时进行抢救。

