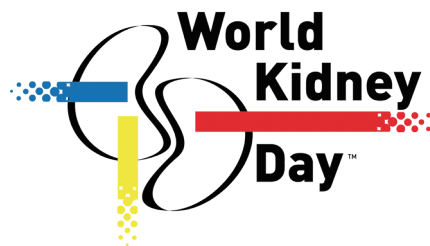


中华医学会肾脏病学分会召开世界肾脏病日主题活动 预防肾病 从娃娃抓起！

▲ 本报记者 张艳萍 牛艳红



Amazing Kidneys!

ISN 提出的预防肾脏病八大黄金法则

- ★ 保持身体健康，多运动
- ★ 控制血糖水平
- ★ 监测血压
- ★ 健康饮食，控制体重
- ★ 保证充足水分摄入
- ★ 禁烟
- ★ 减少服用非处方药
- ★ 常做体检

“世界肾脏日”为每年3月份的第二个星期四，由国际肾脏病学学会（ISN）和国际肾脏基金联合会（IFKF）联合发起，旨在唤起全人类认识、关注慢性肾病的高发性和危害性，以实际措施影响各国政府制定慢性肾病防治策略。

2016年“世界肾脏日”主题为“预防肾病，从儿童开始”，ISN和IFKF特别倡导2个主题活动。

一是“移动你的脚步”，鼓励大家无论身体条件如何，无论采取哪些形式，都要努力维持至少最低水平的健身锻炼。因为即使少量的运动也能对肾脏健康带来显著改善，包括散步、游泳、跑步、各种体育活动等。

二是“一起舞动”，鼓励大家和孩子们一起跳舞，秀出最美的舞姿。

在我国，据每10年一次的流行病学调查显示，我国儿科肾病发病率呈逐步上升趋势。20世纪80年代，发病率是2%，90年代是3%，2002年已达4.8%。

鼓励并倡导进行儿童肾病教育、早期检测和健康生活方式：从出生起，与包括急性肾损伤、CKD等日益增长的可预防性肾脏损伤做斗争；治疗先天性或获得性儿童肾病等。

在普通人群特别是儿童中普及肾脏病认识及教育，包括生活方式改变（减少烟草使用、限盐、饮食能量控制、减少酒精摄入）及有效的干预措施（血压、血脂、血糖的控制）。

余学清：学会肩负起儿童肾病健康之责



3月10日，在广州召开的“2016世界肾脏日”——中华医学会肾脏病学分会新闻发布会上，中华医学会肾脏病学分会主任委员余学清教授出席并作精彩报告，同时，中华医学会肾脏病学分会全体委员和青年委员也出席了发布会。他们指出，肾病已成为严重威胁我国儿童健康的疾病，是我国重要的公共卫生问题。

我国儿科肾病发病率呈逐步上升趋势，以我国有3亿多儿童计算，则有200余万肾病患者，其中慢性肾衰竭正以每年13%的速度递增。肾病已成为严重威胁我国儿童健康的疾病。为此，中华肾脏病学会倡议大家行动起来，通过各种形式积极参与第十一个“世界肾脏日”。

成人肾病通常起源于儿童时期

儿童肾病的症状通常不典型，容易漏诊。而在儿童时期被检测出有肾病危险因素的人，在成年时更易患上肾病。大量数据表明，成年人的高血压、蛋白尿及慢性肾脏病（CKD）在儿童时期就已存在异常，有些甚至更早。

不同于成人，儿童肾病多是先天性。儿童CKD不仅导致儿童发病率及死亡率增高，还将引起儿童时期以后的医疗问题。最近研究表明，有些较轻型的先天性肾及泌尿系畸形患者可能在成人后发展成终末期肾病，特别是40~50岁时。

研究发现，除了先天

性肾病的儿童，即使在儿童时期没有明显的肾病，围产期事件也可能影响以后的健康。在出生后的很长时间内，早产儿患肾病的风险明显增加，容易接触许多肾毒性药物，存活下来的早产儿存在肾脏损伤但不易被发现。此外，各种原因造成的儿童急性肾损伤都可能产生长期后遗症，导致多年后发生CKD。

2016年世界肾脏病日主题旨在普及“许多成年肾病实际从儿童时期就开始”的观念。而认识儿童时期就存在的高危因素及不良事件，就有可能识别并早期干预有CKD高危风险的人群。



中国肾病防治任重道远



中国在肾病防治方面进行了大量积极有效的工作和科学研究。包括大力加强基层肾科培训建设和提高各级医生专业技能和临床诊治水平、不断探寻和发展肾脏替代疗法、积极开展基因和遗传学方面的研究等。

同时，作为发展中国家的中国面临更多挑战，医疗资源还远远不够完善。迫切需要对相关人员普及教育，促进全国及国际性组织间的合作，促进地方肾脏基金会、学术团体、其他非盈利性组织、地方及中央政府的沟通，协助所有相关人士为提高儿童肾病患者的健康及生活质量而努力，确保他们能顺利长大成人。

实际上，我国肾脏病专家在扎根于肾病的临床、科研和教学的繁重任务中，早在十多年前就注意到CKD已成为中国重要的公共问题，并一直致力于中国CKD的流行病学和危险因素

的研究。近日，《柳叶刀》杂志就刊出了一篇对余学清教授的专访报道，表彰他对中国肾病所作出的贡献。

针对我国农村地区居民是CKD高发人群，而县级医院是农村三级医疗卫生服务网络龙头的现状，余学清教授受国家卫计委委托率先提出和开展了全国县级医院肾内科培训项目。

据2014年调查结果显示，全国各省、自治区、直辖市共有数千家县级医院需要规范化培训，其中近1000家未建立血液净化中心；另外1000余家县级医院已经建立的血液净化中心多数也需要通过培训加以规范。

余学清教授组织全国血液净化领域的专家，制定了县级医院血液净化规范化培训管理办法、审核标准及申请流程和县级医院血液净化规范化培训考核指标；编写了县级医院血液净化规范化培训教

材，并拍摄相关操作视频。集中培训医护人员共1200人次，其中医生873人次，护士327人次。通过近三年的努力，该项目已经覆盖912家县级医院。项目组专家还深入基层到广东省龙门县、甚至新疆喀什地区进行现场培训，参加人员100多人。

县级医院肾内科培训项目的顺利开展，使得很多以前无法在基层进行血液净化的患者，现在有机会在县级医院进行。

建立基层血液净化中心或血液净化中心医护人员培训合格后，尿毒症患者可以在当地医院接受血液透析治疗，为患者节省了费用。

该项目进一步推进了居民重大疾病医疗保障工作，加强了县级医院人才、技术、重点专科核心能力建设，使实现“看病贵、看病难和大病不出县”总体目标及提升县级医院诊治和服务水平迈上一个新台阶。