

肾病综合症的诊疗方法

▲ 宜宾市第二人民医院 / 四川大学华西医院宜宾医院 唐前容

肾病综合征是一种可由遗传、感染等多种因素引起的疾病，以肾小球基底膜通透性增加为主，主要症状为大量的蛋白尿、低蛋白血症、高度水肿以及高脂血症等。

肾病综合征的病因

肾病综合征的患病因素有很多，其中主要有遗传、感染、中毒、肿瘤以及自身免疫性疾病等。

(1) 遗传因素：肾病综合征是一种有遗传易感性疾病。所以如果家族当中有人患肾病综合征那么后代也有可能患这种疾病。

(2) 感染因素：感染因素又可分为细菌感染、病毒感染以及寄生虫感染这三种。细菌感染主要有麻风杆菌、结核杆菌等，如果感染了这些细菌就有可能患肾病综合征。能够导致肾病综合征的病毒感染主要包括人类免疫缺陷病毒、巨细胞病毒、乙肝以及传染性单核细胞增多症。除

此之外还有寄生虫感染，例如蠕虫、丝虫病、弓形虫病等这些寄生虫感染都有可能引起肾病综合征的发生。

(3) 肿瘤因素：一些肿瘤可能也会引发肾病综合征，比如说自身患有肺部肿瘤、结肠肿瘤、卵巢肿瘤、甲状腺肿瘤的话都有可能引发肾病综合征。

(4) 疾病因素：一些糖尿病、恶性肾硬化、肾动脉狭窄、皮肤炎症、过敏性紫癜、系统性红斑狼疮等疾病也可能引发肾病综合征。

(5) 其他因素：对花粉、疫苗、抗毒素过敏的人群，一些药物如果服用不当，比如青霉素、二醋吗啡、三甲双酮等，也可能患肾病综合征。

肾病综合征的治疗

通常情况下，如果患了肾病综合征需要进行一定的治疗，主要包括一般治疗、对症治疗以及主要治疗。一般治疗主要是

通过控制饮食来缓解病情的；对症治疗主要是针对患者的具体症状进行治疗的；主要治疗的作用是抑制免疫与炎症反应。

一般治疗 如果肾病综合征患者的临床症状为严重的水肿以及低蛋白血症的话，就要让患者卧床休息，直到患者的水肿以及低蛋白血症有所好转了再适当下床活动。同时在医生的指导下让患者食用优质蛋白的食物，保证身体每天的蛋白需求。

对症治疗 (一) 利尿消肿。利尿剂分为几种，不同的利尿剂利尿的原理或者作用的部位不一样，副作用大同小异。利尿剂都可以导致血压下降，脱水。除了保钾利尿剂，大部分利尿剂会引起低钾血症。常见的有：(1) 噻嗪类利尿剂：这类利尿剂可以有效增加钾的排泄量，从而达到利尿的目的。服用该药物需预防低钾血症、低钠血症等症状。(2) 潴钾利尿剂：该类利尿剂比较适合低钾血症患者服用，但是不适合肾功能不全的患者服用。(二)

减少尿蛋白：尿蛋白过多会导致肾小管的间质损伤加重，肾小球硬化。所以可以通过血管紧张素转换酶抑制剂或者是ARB即血管紧张素II受体拮抗剂减少尿蛋白，以控制患者的病情，缓解患者肾功能恶化的状况。

主要治疗 (1) 糖皮质激素治疗可以达到抑制免疫，抑制炎症反应，减少尿蛋白流失的目的。(2) 细胞毒性药物：如果经过糖皮质激素治疗之后效果不明显的，可以通过细胞毒性药物进行辅助治疗。(3) 免疫抑制剂：他克莫司、来氟米特等免疫抑制剂比较适用于对于糖皮质激素治疗不耐受或糖皮质激素依赖或抵抗的患者。当然，具体选择何种治疗方案，需结合患者临床表现及肾脏病理表现而定。

总之，如果患了肾病综合征也不要过度担心，只要积极配合医生的治疗就能更好地控制病情，最大程度地保护患者的肾功能。

脑外伤的科学护理

▲ 攀枝花市第二人民医院 钱敏

在平时生活中，交通事故、暴力事件以及自然灾害等均可导致脑外伤。脑损伤不管有没有手术，脑外伤的护理工作都是非常重要的，这主要是因为颅脑损伤以后往往都会有意识的缺失，也就是昏迷，一旦病人昏迷以后就需要良好的护理，这对患者的恢复极为重要，所谓三分治疗、七分护理就是这个道理。关于脑外伤患者的护理主要可以总结为以下几个方面。

生活护理

要注意为患者营造良好的室内居住环境，尽量减少对患者的干扰和影响，让患者保持良好的休息。部分脑外伤比较严重的患者可能会出现记忆以及智能损伤的情况，导致患者的语言功能受到影响，患者难以明确表达自身的需求，使得患者的症状具有一定的隐蔽性，呈现出不典型以及多种病症共存的情况，需要护理人员仔细全面的观察患者的病情变化。对于慢性期的患者尽量不要强制改变其原本的生活习惯，比如作息习惯以及饮食习惯，物品摆放尽量按照患者原本的习惯。

心理护理

要尊重、关怀病人，并加强沟通。由脑外伤导致人格发生改变的患者需要对其进行心理引导，帮助其解决人格上存在的问题，使患者逐步控制自身的病态行为，同时也要对患者家属解释患者病态行为的具体原因，使患者家属正确认识，并积极帮助患者恢复。大部分患者在治疗后的恢复期往往会存在暴躁、沮丧、易怒、犹豫以及悲观等负面情绪，护理人员要及时进行疏导，帮助患者正确认识自身的病情，以积极乐观的心态面对，这对于患者的恢复具有极大的作用。

饮食护理

脑外伤患者在术后一般需要禁食8小时，待患者的各项身体指标都开始恢复后才可以进食，刚开始应主要以流质食物为

主，然后随着患者病情的不断恢复，逐渐进食软质食物。如果患者在一段时间内无法进食，可以采用静脉营养或者鼻饲的方式为患者补充营养，同时适当补充水分，避免患者脱水。脑外伤手术之后的患者应该多吃一些对病情比较好的食物，比如鹌鹑蛋、鸡蛋，鱼类，豆制品，小米，大枣，全麦食品，菠萝，香蕉，猕猴桃等。少吃一些对病情不利的食物，比如喝酒，咖啡，浓茶，碳酸饮料，烧烤，火锅等。

特殊护理

密切观察患者的各项生命体征变化，对于出现高热情况的患者要及时进行降温，首先考虑采用物理降温措施，若物理降温措施难以取得明显效果，再考虑采用降温剂。针对存在意识障碍且兴奋躁动的患者，需要在床上加设护栏，必要时可以采取一些保护性的措施，限制患者的活动，以免发生意外。需要长时间卧床休息的患者，需要保持患者的被褥清洁干燥，避免出现褥疮。对于意识障碍相对较轻的患者，要鼓励患者适度的咳嗽，以免发生坠积性肺炎。对于脑外伤导致癫痫发作的患者，在其口腔内应垫压舌板，避免其咬伤舌头，患者癫痫发作时要保持其呼吸畅通，必要时可进行吸氧，并及时报告医生采取治疗措施。

康复护理

脑外伤患者极有可能会有一些后遗症，尤其对生活不能自理者，要进行生活习惯训练，防止精神状态继续衰退。患者只要不是严重痴呆，就应定时引导排便，养成规律排便的习惯。对于脑外伤导致失语的患者，要坚持进行康复训练，由易而难，长期坚持进行训练，先从发音开始练习，逐渐进行单字、单词以及简短句子的训练，通过长期训练，使患者逐步恢复语言功能，从而能正常与人进行交流。护理人员在引导患者进行训练的过程中要有耐心，循序渐进的帮助患者恢复语言功能。

西药的服药忌口

▲ 遂宁市中心医院 陈洪

在生病吃药时，很多患者都会问“服用药物时有什么需要忌口的”。吃药期间有什么忌口是每一个服药人员十分关心的问题，也是医生给患者开药时需要特别叮嘱的问题，如果患者不熟悉药物的忌口范围，将会导致药效有所减弱，甚至可能导致药效全无。

服药者不宜吸烟

无论是吃什么药，患者都不宜吸烟，因为烟草中的烟碱成分会导致人体加快肝脏分解药物的速度。人体在服药后进行吸烟会导致血液中的药物浓度有所下降，直接影响药物的治疗效果，尤其是在服药后的半小时内。被动吸烟者也要特别注意此类问题，因为二手烟的危害比吸烟者还要大。如果哮喘患者、糖尿病患者以及高血压患者长期暴露在二手烟的环境当中，那么需要较大剂量的药物才能有效控制患者的病情，这样一来药物剂量的增大提高了人体不良反应的风险。

服药者不宜喝酒

多数情况下，服用药物的患者不宜喝酒，因为酒类可能会在体内与西药发生化学反应。例如，当患者服用头孢类抗生素时，如果饮酒，极有可能出现呼吸困难、心悸、面部潮红等现象，甚至出现过敏性休克症状。当患者服用含有扑热息痛成分的感冒药时，如果喝酒，极有可能对自身肝脏造成严重损害。此外，服用降压药、抗过敏药、阿司匹林，喝酒都会增加患者的用药风险。基于此，建议患者在服药期间，或者停药七天之内不要喝酒，若在喝酒前后三天内需服药应提前告知医生。

服止泻药者不宜食用牛奶

服用止泻药的患者，切记不要食用牛奶，因为牛奶中含有大量乳糖，止泻药受到乳糖的影响，会加重患者的腹泻症状。其次，服用牛奶还会导致药物与牛奶混合在一起，牛奶在药物的表面形成一层膜将药物完全包裹在里面，导致药物到达人体

之后无法释放出有效成分，阻碍人体吸收药物，影响药效。

服胃药者不宜多食醋

服用胃药的患者，切记在日常饮食中不要食用过多的醋，这是因为通常情况下胃药中含有铝碳酸镁咀嚼片以及碳酸氢钠等抗酸药，这些药物在到达人体之后，需要中和人体胃部的胃酸，如果患者在服用药物过后使用食醋，那么将会导致抗酸药物的药效大打折扣。因此，服用抗菌类药物之后，切记在1-2小时内禁止食用含醋食物，也不要食用酸梅、乌梅等食物。

服降压药者忌柚子

服用降压药的患者应忌口柚子，这是因为柚子当中含有呋喃香豆素等活性成分，该成分会抑制人体内代谢酶的活性，进而影响药物的正常代谢，导致人体不能将药物排出体外。因此，当人体服用降压药、抗过敏药以及降脂药、安眠药时，不要食用柚子。

服磺胺类药物者忌饮果汁

磺胺类药物最怕食用果汁，因为果汁、酸味水果等物会导致人体尿液酸化，使得体内药物溶解度降低，在人体内出现药物结晶现象，直接伤害人体肾脏，导致人体出现血尿等情况，影响人体身体健康。大多数药物最好的选择是采用温开水送服。

服布洛芬等药物者忌饮咖啡、可乐

服用布洛芬等药物的患者切记不要服用咖啡、可乐等物，这是因为布洛芬身为一种酸性药物，对于患者胃粘膜有较大的刺激作用。如果饮用可乐或者咖啡，其中的咖啡因会直接刺激人体胃部，导致胃部分泌过多的胃酸，两者相互作用，最终使得人体出现消化不良、恶心、呕吐等症状。如果患者非要饮用咖啡或者可乐，那么两者之间的间隔时间至少要保持2—3小时。