

肾功能衰竭的临床表现

▲乐山鲍氏医疗投资有限公司乐山嘉定医院 郭清春

肾脏对人体而言非常重要，肾脏可以帮助身体将多余的代谢产物排出体外，肾功能衰竭是由于各种慢性肾脏疾病发展到后期而导致患者肾功能失去部分功能或者全部功能的一种疾病。如果患者患有肾功能衰竭，会给患者带来严重的危害，因此在日常生活中，我们要时刻注意身体的变化，通过身体产生的一些变化有利于我们判断身体的健康情况。

肾功能衰竭的危害

导致人体代谢性酸中毒 由于肾功能出现衰竭的情况，所以在部分轻度慢性肾衰竭的患者中，部分患者的肾小管分泌氢离子障碍或者肾小管HCO3的重力吸收能力下降，进而发展为生肾小管性酸中毒。当患者体内的GFR降低到25ml/min的时候，肾衰竭产生的代谢物通常主要有磷酸、硫酸等物质，对于大多数患者而言，会出现食欲不振、呕吐、虚弱无力等情况。

导致人体水钠代谢紊乱 对于患有肾功能

衰竭的患者而言，患者的肾脏对钠的负荷过多，导致患者的适应能力下降，患者会出现血压升高、心功能不全以及脑水肿等疾病。

肾功能衰竭的临床表现

尿液增多 正常情况下，一个人每天的排尿量在1500ml左右，尤其是在晚上，当人体进入到睡眠模式后，几乎不会出现排尿的情况，除非在睡觉前大量饮水，但如果在正常情况下，患者排尿量比较高且晚上也经常出现尿频的情况，那么就有可能是肾功能衰竭的早期症状。

腰酸背痛 患者如果患有肾功能衰竭，那么就会导致患者出现急性肾小球炎，进而导致肾脏增大，使压迫周围组织增加，从而导致患者感觉到腰酸背痛，造成这种腰酸背痛的情况也是肾功能衰竭的临床表现。

疲乏无力 对于患者而言，出现贫血是肾功能衰竭的主要症状，这是因为肾衰竭会使患者体内的红细胞素减少，导致患者骨髓难以制

造出红细胞，从而影响到身体的造血功能，最终使患者出现贫血的症状。一旦出现贫血，那么患者就会变得非常疲惫，全身无力，同时会经常想要躺在床上休息，这种情况，就要及时去医院检查，确诊是否患有肾功能衰竭疾病。

出现血尿 人体正常的尿液颜色是无色或者淡黄色，但如果在排尿时出现有红色的血尿，同时在排尿中伴随着疼痛感，说明患者可能患有肾功能衰竭。但是需要注意的是，血尿并不是每次都有的，而是间歇性的出现血尿，所以很多肾功能衰竭在出现血尿后的一段时间后，血尿情况又消失了，然后隔了一段时间又出现，从而造成了血尿呈多次反复的情况发生。

身体浮肿 对于肾功能衰竭患者而言，由于肾脏功能具有排泄的作用，一旦当肾脏出现问题，那就很难及时将肾脏中的废物排出体外，尤其是体内多余的水分，从而造成了患者身体出现水肿的情况。通常患有肾功能衰竭的患者，浮肿主要发生在脸部、脚裸，但随着患者的休

息后，这些浮肿会自然消失，如果患者的肾功能衰竭疾病没有得到及时的治疗，就会使病情越来越严重，最终导致全身出现浮肿的情况。

肾功能衰竭的治疗方法

对于患有肾功能衰竭的患者，通常在治疗中，需要限制患者对蛋白质、水、食盐的摄入，可以缓解体内尿毒症的氮质血症和酸中毒以及高血压等病情的发生，在治疗中，通过血液透析的方式可以代替肾脏进行排毒，从而达到对患者病情的治疗。除此之外，还有一种方式，那就是进行肾脏移植手术，通过匹配合适的肾脏，从而实现对患者肾功能衰竭的治疗。

由于肾功能衰竭对人体的危害非常大，因此在日常生活中，我们要随时警惕这些疾病，一旦发现身体出现异常，就应该及时去医院接受检查治疗，通过检查，在病情的早期进行治疗，最终达到事半功倍的效果。

急性胃出血的救治方法

▲内江市中医医院 陈世彦

在日常生活中，急性胃出血多是由于胃溃疡性疾病造成，也属于上消化道出血，主要是因为人们平时的工作超出了自己的承受范围，这时身体处于失代偿消耗，就会导致消化系统发生病变。在工作期间，饱一顿、饿一顿的吃饭，情绪不稳定，易暴躁、愤怒，都容易造成急性胃出血。

急性胃出血就是胃在最短的时间上出现了出血的情况，急性胃出血是比较可怕的一种疾病，在治疗不及时的情况下，会对患者的生命安全造成威胁，增加患者的死亡率。由此看来，对于临床上护理来说，要护理急性胃出血，还是有一定的难度。因此，作为患者也要掌握这些方法，避免给身体带来不必要的伤害。如果出现急性胃出血时，该怎么处理？预防措施又是什么？

胃出血常见诱因

引起胃出血的诱因，一是控制不住自我情绪，长期处于愤怒，暴躁的状态下工作过度劳累、饮食不规律等。日常饮食不规律，咖啡、浓茶、烟、酒，食物过辣过烫等有消化道疾病的这类人群比较容易发病。二是在患者发生十二指肠溃疡时，机体承受不住压力时，处于急性期的胃出血。三是在机体失代偿的功能下，患者伴有其他的严重疾病，情绪无法安静，饮食不注意，加重了患者的胃底静脉曲张，导致了粗纤维划破了胃粘膜血管，从而导致的胃出血，患肝硬化导致的胃出血。

胃出血预防方法

预防胃出血的方法：（1）对任何疾病都保持高度的重视。了解自己的身体变化，有胃底静脉曲张，胃溃疡的患者，要重视医生的建议，避免诱发胃出血；（2）合理休息，不可过劳，经常超负荷的工作，会对身体产生极大的危害。因此，在生活和工作中要做到劳逸结合，注意休息，适当活动；（3）食用软食，少量多餐。刺激比较大的食物，容易造成患者的胃底静脉受伤，吃饭到七分

饱即可，速度不能过快，应该细嚼慢咽，一易消化的食物为主，富含营养及少渣为宜，禁辛辣、油煎食品；（4）禁忌饮酒，吸烟，空腹不随便吃药，在身体不舒适的强况下，遵医嘱合理用药。

急性胃出血的并发症主要包括以下几类：（1）贫血、头晕、低蛋白血症、缺铁性贫血等；（2）胃肠道疾病；（3）胃溃疡。因此，在临床中，我们应该注重急性胃出血引起的并发症及不良情况发生。

胃出血处理方法

急性胃出血的患者，只要经过正常的治疗和护理，基本上都能得到有效的治疗，处理胃出血的方法，包括：（1）取平卧位，患者在出现急性出血的情况时，立即卧床休息，抬高下肢，切忌采取头低较高位，避免造成患者误吸，堵塞呼吸道，影响患者呼吸，同时，给予患者心理暗示，避免患者出现恐惧、紧张等情绪，注意保暖不能随意改变现有的体位，防止其他的意外伤害；（2）保持呼吸道通畅，对急性胃出血的患者来说，想要提高患者的生存质量，降低患者出现窒息的现象时，保持呼吸道通畅是救护中最重要的。因此，在急救患者的过程中，要保持患者处于安全的位置，注意呕吐物的误吸，有分泌物或呕吐物要及时清理。避免给患者的生命安全早成影响；（3）根据患者情况禁食禁水：患者出现呕血和便血时，立即停止饮食饮水，避免加重检查和治疗的困难性，吐血后，协助患者使用清水漱口。能饮食时，给予患者充足的睡眠，进食软化饮食、忌粗糙、生冷、辛辣刺激的食物，尽量少食多餐，不过饱，细嚼慢咽；（4）急性胃出血合并大量失血发生失血性休克时，立即使用止血药和手术治疗；（5）出院后，定期到医院复查。

在日常生活中，平时工作应该避免过度劳累，应当合理规划工作时间，保证充足的睡眠，进餐要细嚼慢咽，生活规律，避免熬夜，心情保持愉快，减少无谓的烦恼。

小儿咳嗽的防治方法

▲仪陇县人民医院 程瑞蓉

在生活中，咳嗽是一种常见的症状，特别是小儿群体，由于他们自身的免疫力不足，往往更容易受到病菌的侵袭，进而引发咳嗽。在对小儿照顾期间，咳嗽是一种比较常见的病症，如果没有对他们进行及时地治疗，可能会导致病情的恶化，甚至会威胁到小儿的身体健康。因此，一旦发现小儿咳嗽，看护人就需要及时采取合理手段，科学治疗和防治，实现对咳嗽的控制。

小儿咳嗽原因

上呼吸道感染 若小儿出现上呼吸道感染，此时小儿鼻腔的黏膜就会发炎，在呼吸期间，会不自觉对干燥的空气吸入鼻腔，则鼻腔就会感到不适，进而对咳嗽加重。

支气管炎 支气管炎一般发生在3岁以下的孩子身上，且对约1岁小儿最为常见，一旦出现支气管炎就会导致小儿发生咳嗽，在春冬季节易出现。患上支气管炎后，最初会对小儿上呼吸道产生刺激，让小儿出现干咳，后会使支气管发生分泌物，对咳嗽加重。

咽喉炎 若小儿患有咽喉炎，其咽部的黏膜会感到不适，进而对小儿喉部刺激而出现咳嗽，此中咳嗽的程度较为剧烈，喉咙一旦发痒就会想咳嗽。

过敏性咳嗽 目前，对过敏性咳嗽在治疗中并未存在十分有效的药物，在中医方面较为推崇通过小儿推拿对过敏性的咳嗽缓解。在出现过敏性的咳嗽时，主要集中在早起和晚上，小儿会出现一阵儿剧烈地咳嗽；在白天时如果小儿存在过度的活动，也会出现一阵儿剧烈地咳嗽；咳嗽时有时会出现白痰，但不存在发烧等症状。

吸入异物 小儿在饮食或者玩耍中，可能会不慎吸入异物，吸入异物后会对喉咙产生刺激，想要将异物排出，此时就会出现不同程度的咳嗽。

小儿咳嗽处理方法

若小儿出现咳嗽，家长一定要特别重视，及时去医院进行就诊，因为小儿咳嗽发生的原

因比较多，所以家长要去医院对病因确定，进而对症进行治疗。

小儿若是因为上呼吸道发生感染、支气管炎、咽喉炎等引起的咳嗽，家长在房间内可以适当进行加湿器放置、湿毛巾的挂设、在房间内放盆清水等，增加空气的湿度，降低干燥的空气可能会对小儿的鼻腔黏膜产生的刺激。若小儿咳嗽在长时间内仍没有康复，家长一定不能在家进行自行地解决，要及时去医院进行治疗，按照要求服用医生所开具小儿的止咳药物，且还要控制小儿的饮食，禁食太甜或者太咸类食物，避免对咳嗽产生加剧。

对过敏性的咳嗽情况，家长要注意对小儿成长环境条件的控制，掌握小儿过敏性的咳嗽原因，做好对病原的控制，降低过敏性的咳嗽发生。

若小儿因为天气的变化、伤风风寒等引起咳嗽发生，家长要做好对小儿成长环境的调节，避免气候变化对小儿产生刺激，可以让小儿服用一些专用的止咳糖浆；若小儿咳嗽时候嗓子内有痰，要尽可能让孩子把痰吐出。若因为空气污染对小儿产生影响，导致气管出现不适感而发生咳嗽，家长要注意保持好室内的卫生干净和整洁，维持空气的清新、畅通。

小儿吸入异物而导致咳嗽，家长要鼓励其咳嗽，切不可用手在嘴里抠，避免导致异物一抠就越陷越深，防止对气道产生封堵。若没有对异物咳出，进而小儿出现反复咳嗽、气喘等情况，则说明异物到了下呼吸道位置，要将小儿立即送到医院，将异物及时取出。

小儿发生咳嗽时，普遍存在对吃药的抗拒，家长可以给小儿做一些润肺去火的茶水，如冰糖柚子茶和冰糖红梨茶等；且在小儿咳嗽的期间，要将主食尽可能做的清淡和易消化，如一些白菜粥、菠菜粥和胡萝卜粥等，同时平时要督促孩子多喝热水。

总之，小儿咳嗽是小儿比较常见的症状，而引起小儿发生咳嗽的原因有很多，家长要对小儿咳嗽采取有效和科学的处理方法，若没有及时消退要及时就医诊治。