

有人短短几年变成“尿毒症” 有人患病20多年仍健在

医生:慢性肾病患者要定期随访、严格遵守医嘱、保持乐观心态

3月11日是第16个世界肾脏日。鄞州二院(宁波市泌尿肾病医院)肾内科学科带头人包蓓艳主任医师特别提醒,慢性肾病患者一定要做好“长期作战”的准备,即便病情好转,也应严格遵从医嘱,切不可盲目增减药物或停药,以免病情复发甚至加重。

擅自调整用药导致“尿毒症”

说起因为不遵医嘱而导致严重后果的病例,让包蓓艳印象最深刻的是一位年轻的女患者。几年前,年仅27岁的蔡女士在一次常规体检中查出尿蛋白异常,到肾内科专科进一步检查后,医生发现她不仅尿蛋白3+,血肌酐也有130umol/l,最终诊断为“IgA肾病”。

一时难以接受病情的蔡女士,此后辗转就诊于宁波多家医院,甚至多次远赴南京求医问药,但都得到了相同的结论,这才慢慢接受了现实。对症治疗约10个月后,复查尿蛋白成功转阴,血肌酐也得到了较好的控制,病情趋于稳定。蔡女士便慢慢放松了警惕,医生嘱咐一个月复查一次,她却隔三两个月才复查;医生嘱咐“一天服药3次,一次4片”,她却自做主张改成“一天3次,一次2

片”;甚至擅自停用了个别用药。就这样一段时间后,她突然出现颜面及双下肢浮肿伴胸闷不适,再次前往医院就诊后,经过检查发现,原先已控制较好转阴的尿蛋白再次出现,此时血肌酐已高达757umol/l,同时伴有电解质紊乱、贫血等问题,医生当场诊断为“尿毒症”。知道这个结果后,蔡女士后悔不已。

“像蔡女士这种因不遵医嘱而复发或加重的患者临床上不在少数。”包蓓艳主任说,慢性肾脏病是全球最常见慢性病之一,我国成人慢性肾脏病患者率高达10.8%。慢性肾脏病病程长,大部分病友需定期复查并长期服药,盲目停药或擅自调整药物剂量都不可取,会影响疾病治疗,甚至造成严重后果。

八旬老太患病20多年仍健在

在包蓓艳的诸多病人中,有一位80多岁的老太太,20多年前就确诊为IgA肾病,在鄞州二院肾内科门诊规律随访已有15年之久。多年来,老人一直积极配合治疗,医生说什么她都照做,依从性非常好,所以病情也得到了很好的控制,至今仍然健在。而这样的“老朋友”包蓓艳还有很多。

“慢性肾病目前虽然无法完全治愈,但是患者也没必要过于悲观绝望。”包蓓艳说,只有约1%的慢性肾病患者最终会进展为尿毒症,而且这会是一个比较漫长的过程。大部分患者在积极治疗下,都能保持正常的生活和工作。即便到了尿毒症期也不代表没有希望,

仍可选择血液透析、腹膜透析、肾脏移植等替代治疗来维持生命。

“慢性肾病患者一定要保持乐观积极的心态。”包蓓艳说,目前约有500余名尿毒症患者在鄞州二院血液净化中心维持血透治疗,最长血透年限已有28年之久;还有430余人长期在腹透门诊规律随访,其中60岁以下的居家腹透患者约有40%仍在正常从事工作。此外,每年有四五十个“幸运儿”能在鄞州二院肾移植中心等到肾移植手术的机会,而这些人重获新生后基本都能正常回归社会和工作。

记者 陆麒麟
通讯员 谢美君 赵宇

相关链接

这些肾病早期的症状一定要注意:

1. 水肿:常出现于眼睑、双下肢及足踝,可伴有尿少及体重增加。
2. 高血压:对没有高血压家族史的年轻患者,若血压升高,应高度怀疑是否患有肾病。高血压病人应注意检查尿常规,因为长期的高血压会进一步加重肾脏病理性损害。
3. 少尿或无尿:正常人一日尿量1500-2000毫升,24小时尿量少于400毫升叫少尿,少于100毫升叫无尿。
4. 多尿:每人尿量超过2500毫升。
5. 排尿异常:尿频(每日排尿>8次)、尿急、尿痛、夜尿增多。
6. 血尿:尿液发红或呈茶色。
7. 尿中泡沫增多:是尿中出现大量蛋白的表现,与肾脏病密切相关。
8. 腰痛、腰酸。
9. 其他:如精神萎靡、食欲不振、肢软乏力、面色苍白、贫血等。

得了肾病就不能运动? NO!

根据运动康复处方散步半年多,他重返工作岗位

3月11日是第16个世界肾脏日,今年的主题是“积极面对肾病,共享精彩人生”。

都知道剧烈运动会导致肾脏损伤,但适量的运动其实是能帮助肾脏患者康复的。一位68岁的患者,曾经患有严重的肾病伴有糖尿病,住院大半个月,每天意志消沉。医生为他开出运动处方,坚持散步半年后,他重返工作岗位,身体状态也明显好转。

“护士长,我现在又回去上班两个月了,药也可以少吃了。”几天前,市民王先生开心地给中国科学院大学宁波华美医院(宁波市第二医院肾内科)护士长林海雪打电话,欣喜地介绍自己最近的情况。林海雪清楚地记得,半年前的他可完全不是这个样子。“当时这个患者是因为慢性肾炎住进医院的,当时他的脚肿了,也没有胃口,患病以后瘦了十几斤。”林海雪说,加上这位患者还有糖尿病,每天要吃很多种药,患病后情绪非常低落,什么话也不想说,总感觉自己就要不行了。”

为了帮助该患者重拾信心,护士长建议他加入慢性肾脏病运动康复群,一起运动康复,但患者不太乐

意。在护士长的鼓励下,这位患者答应进行康复评估,随后根据医生开出的运动康复处方做了起来。由于该患者不适合剧烈运动,医生给他开出的运动处方非常简单:每天步行半个小时,每周坚持5次以上。

当时这位患者认为,这运动要求也不高,就坚持认真做了起来。没想到看起来简单的运动,效果非常好。几个月后他感觉自己的身体状态明显好转,体重也增加了好几斤,精神状态完全不一样了。

半年后,医生又对这位患者进行了康复评估,发现他的各项指标有了明显的变化:在进行肾脏康复前,6分钟步行试验只能走270米,现在已经可以走到500米;5次坐立试验的时间,康复前是15.5秒,现在只需要7秒,说明行动也敏捷了很多。此外,双手的握力有了明显的加强。

国科大华美医院肾内科主任罗群介绍,运动康复是提高慢性肾脏病患者生活质量的重要手段,不过,慢性肾脏病患者的运动要在医生的评估和指导下进行,运动康复包括有氧运动、抗阻运动和灵活性运动等。

记者 孙美星 通讯员 郑轲

北京婷悦华商贸有限公司——欢迎老酒回家

特价收购茅台酒

现金收购1953年-2020年茅台酒

另收购五粮液、洋酒、剑南春、郎酒、董酒、汾酒、虎骨酒及各类高度白酒。

活动日期:2021年3月11日-3月17日(全天无休)

茅台酒收购价格(高度53%vol)

年份	价格(元)	年份	价格(元)
2017年茅台酒	2800元/瓶	1995年茅台酒	17000元/瓶
2016年茅台酒	2900元/瓶	1994年茅台酒	18000元/瓶
2015年茅台酒	3000元/瓶	1993年茅台酒	18500元/瓶
2014年茅台酒	3100元/瓶	1992年茅台酒	19000元/瓶
2013年茅台酒	3200元/瓶	1991年茅台酒	19500元/瓶
2012年茅台酒	3400元/瓶	1990年茅台酒	20000元/瓶
2011年茅台酒	3500元/瓶	1989年茅台酒	21000元/瓶
2010年茅台酒	3800元/瓶	1988年茅台酒	22000元/瓶
2009年茅台酒	4000元/瓶	1987年茅台酒	23000元/瓶
2008年茅台酒	4600元/瓶	1986年茅台酒	26000元/瓶
2007年茅台酒	4800元/瓶	1985年茅台酒	26500元/瓶
2006年茅台酒	5000元/瓶	1984年茅台酒	27000元/瓶
2005年茅台酒	5100元/瓶	1983年茅台酒	27500元/瓶
2004年茅台酒	5500元/瓶	1982年茅台酒	28500元/瓶
2003年茅台酒	6500元/瓶	1981年茅台酒	30000元/瓶
2002年茅台酒	6700元/瓶	1980年茅台酒	32000元/瓶
2001年茅台酒	6900元/瓶	1979年茅台酒	40000元/瓶
2000年茅台酒	7500元/瓶	1978年茅台酒	50000元/瓶
1999年茅台酒	8200元/瓶	1977年茅台酒	55000元/瓶
1998年茅台酒	8500元/瓶	1976年茅台酒	60000元/瓶
1997年茅台酒	8800元/瓶	1975年-1970年茅台酒	8万-20万元/瓶
1996年茅台酒	12000元/瓶	1969年-1953年茅台酒	25万-200万元/瓶

全品相,不跑酒。整箱价更高。另收冬虫夏草、安宫牛黄丸

地址:宁波市鄞州区中山东路678号

新舟宾馆6楼(622贵宾室)

联系 158 6931 7570 张老师

电话:180 0568 7773 刘老师(长期有效)

公交线路:乘坐103、108、160、503、514樱花公园站下车即到。地铁1号线、3号线樱花公园D出口。

交易成功,报销车费!

温馨提示:本市,县均可上门收购。欢迎来电咨询。

地址

