

甬上名医大讲堂

# 远离高糖、高盐饮食 尽量避免各种感染

## 肾脏病专家钟光辉： 一定要防止肾脏病发展到终末期

肾脏病又被称作“沉默的杀手”，不少肾脏病患者感觉有症状之后可能已经到了比较严重的地步，因此保护肾脏健康尤为重要。生活中我们该如何保护肾脏？中西医结合治疗肾脏病又有哪些优势？3月22日下午3点，“甬上名医大讲堂”栏目邀请宁波市中医医院院长、肾脏病专家钟光辉主任医师现场直播，为读者科普肾脏病的知识。

### 1 中西医结合治疗肾脏病有哪些优势？ 能改善主观症状，也能改善实验室指标

肾脏疾病大多比较隐匿，等到出现症状已经比较严重了。在市中医医院的肾病门诊，最多见的是哪些肾病患者？钟光辉表示，门诊中遇到最多的是慢性肾功能不全、肾小球肾炎以及尿路感染等患者。此外，因为生活方式的改变，肥胖人群增加，一些代谢性疾病引起的肾病有高发趋势，比如高血糖、高血压、高血脂等引起的肾脏病等。

“对于慢性肾脏病患者，我们采取的都是中西医结合的治疗方法，不仅取得了良好的效果，也摸索出了一整套经验。”钟光辉介绍，对于慢性肾脏病患者来说，在不同阶段有不同的表现和症状，越早期干预效果越好，如果到了尿毒症期，肾脏滤过功能很差，无论中药还是西药办法都很少了。肾脏处于早期病变过程中进行中西医结合治疗，可以延缓病情的发展，避免病情发展到尿毒症期。像一些肾功能不全的三、四期患者，西药治疗对他们来说没有特别好的办法，这个时候中药可以取得比较好的效果，一方面可以改善患者的主

观症状，一方面可以改善客观的实验室指标。

不少肾脏病患者听说中药治疗会有顾虑，担心中药会损伤肾脏，那么用中药治疗肾病究竟会不会加重肾脏负担？钟光辉介绍，中药都来源于自然界，没有化学成分，再加上药食同源，很多中药都是可以吃的食物，因此大部分药物没有副作用。不过在临床工作中，也确实发现有个别中药对肾脏有损害，像一些含有马兜铃酸成分的中药或中药复方制剂。但是只要有经验的医生，都会对这些药物严格控制在合理使用的范围，避免对肾脏造成损伤。

中药治疗肾脏病是否可以长期服药？钟光辉介绍，首先要看疾病的情况，如果疾病控制好了，或是症状有缓解就可以停药。如果是慢性肾功能不全的患者，且使用过程中没有不良反应的，是需要长期治疗的。此外，长期服用中药的肾脏病患者要注意对血钾的监测，因为有10%左右的患者可能出现血钾增高的情况。

## 如何预防肾脏疾病。

人人享有肾脏健康



钟光辉(左)做客“甬上名医大讲堂”。

### 2 中医药治疗能替代血透或腹透吗？ 到了尿毒症期，药物已经没有太大作用

肾脏生了病，早期症状通常不明显，不像心脏有了疾病会疼痛，肺脏有了疾病会咳嗽。因此，肾脏病也被称为“沉默的杀手”。钟光辉在直播中介绍了他在门诊遇到的一个案例，一位50多岁的男患者，平时不重视体检，也没有关注自己的尿检情况，直到有一天感觉上楼没力气，之前一口气能爬上的三层楼也十分费力，这才想到去医院检查。医生检查后发现，这位患者的肾功能已经很差，肾小球滤过率也降到很低，已经到了尿毒症的状态了。这位患者一直不敢相信，怎么一下就到这里的地步了。

“慢性肾功能不全的患者根据其

肾小球的滤过率，可分为五期，到了五期就已经是尿毒症期了，而在此之前患者可能没有明显的主观症状。”钟光辉介绍，在门诊常常遇到已经处于尿毒症期的患者来询问，不想做血透或者腹透，可不可以用中药治疗来代替？要知道，一旦患者到了肾功能衰竭期，肾脏已经萎缩，那时不管是中药还是西药，已经没有太大的作用。因此大家一定要保护好好自己的肾脏，防止肾脏病发展到终末期。

钟光辉建议大家在日常生活中要主动早期进行尿常规检查，排除肾脏疾病。特别是“三高”人群，靠普通的尿常规检查不能发现问题，建议做微量尿蛋白检查和肝肾功能检查。

### 3 生活中如何避免意外肾损伤？ 要避免各种感染，饮食也要注意

在生活中我们该如何避免意外肾损伤，保护我们的肾脏？钟光辉建议，要想保护肾脏，首先要避免各种感染，感染是导致肾脏病加重的首要因素。最近这段时间，有不少“阳康”之后肾脏疾病加重的患者，各种感染都可能对肾脏造成打击，生活中应该尽量避免。

此外，生活中各种药物的使用要比较慎重，像有些药物如果不正确使用可能造成肾脏功能损害，一定要在医生指导下进行，比如解热镇痛药等；食物中对肾脏有明确毒性的是高蛋白饮食，会影响肾脏滤过功能，因此高糖、高盐、高嘌呤、高蛋白的饮食对肾

脏不利，应该避免；在生活中大家还要注意不要过度劳累；另外，熬夜、抽烟、喝酒等不良嗜好都会导致肾脏损伤。

在节目中，钟光辉主任还在线解答了一些观众的问题。有网友问，每次小便的时候尿里的泡泡都会比较多，这是不是有肾脏病？钟光辉主任介绍，尿里泡泡多不一定是肾脏病，建议先做一个尿常规检查，如果发现尿液有问题再进一步检查。如果在尿液检查中没有发现问题，建议定期复查。尿中泡泡多，有一个可能是尿液浓缩，导致尿液泡泡表面张力高，建议平时多喝水，避免出现尿液浓缩的情况。 记者 孙美星 通讯员 陈君艳

# 拍卖公告栏

刊登热线：13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》政府类、企业类、  
招聘等公告，欢迎垂询！

## 宁波市产权拍卖有限公司 拍卖公告

受委托，本公司将于2023年4月24日10时在中拍平台(https://paimai.caa123.org.cn)举行拍卖会，现将有关事项公告如下：

一、**拍卖标的**：位于宁波市北仑区郭巨街道宁舟汽渡西侧官山头附近的山塘料一批，数量约69600m<sup>3</sup>，起拍价：78元/m<sup>3</sup>，拍卖保证金：200万元。

二、**竞买条件**：在宁波大市范围内，注册资金在1000万元(含)以上，具有建筑材料销售、建筑用石加工或建筑施工的企业法人(以公告发布前营业执照登记内容为准)。

三、**标的咨询、看样**：即日起至2023年4月19日16时前联系我司看样。

四、**保证金缴纳及竞买登记**：竞买人须于2023年4月20日16时前将拍卖保证金汇入指定账户(户名：宁波市产权拍卖有限公司，账户：12010122000870493，开户行：宁波银行总行营业部，保证金以到本公司账户为准)。并于2023年4月21日17时前携带银行进账单、营业执照副本原件、法定代表人身份证明原件、公章、委托代理人办理需另提供法定代表人授权委托书、代理人身份证明原件至本公司办理竞买登记手续，逾期不予办理。

五、**拍卖方式**：有底价网络增价拍卖

六、**咨询电话**：0574-87319000 13906694448 俞经理

联系地址：宁波市江北区钻石商业广场18号804室

未尽事宜详见拍卖会专场资料和拍卖公司网站 www.nbcqpm.com

异议、投诉受理单位：郭巨街道公共资源交易监督管理办公室，联系电话：0574-86789503

中国拍卖AAA级企业 中国拍卖百强企业

## 宁波华诚拍卖有限公司 租赁权拍卖公告

受委托，本公司将于2023年4月7日上午9:00-11:00(延时除外)在镇海区产权交易平台(http://zheqiy.bidding.gov.cn:11000/bidding/projectList)在线公开拍卖以下标的：

一、**拍卖标的**：位于宁波市镇海区5处商业用房三年租赁权拍卖。房产建筑面积约31.14m<sup>2</sup>-472m<sup>2</sup>，年租金12000-269400元/年，保证金0.5-3万元。

(房产具体建筑面积、起拍价、保证金等详见拍卖清单，拍卖清单可关注我

公司微信公众号、镇海区产权交易平台网站查看)。

注：部分标的目前存在租赁。标的原承租人如按规定交纳拍卖保证金并登记参加竞买的，在同条件下享有优先承租权。未按规定交纳拍卖保证金并登记参加竞买的，视为放弃优先承租权。

二、**竞买人资格**：信誉良好，具有完全民事行为能力自然人、法人或其他组织。

三、**标的咨询、看样**：即日起到2023年4月6日止可自行看样或提前与拍卖公司联系看样。

四、**保证金交纳及竞买登记**：申请竞买人须于2023年4月6日下午4:00前自行将拍卖保证金汇入到指定账户(户名：宁波华诚拍卖有限公司，账号：9902001781761307，开户行：民生银行镇海支行，保证金以到本公司账户为准)并完成镇海区产权交易平台注册及标的报名。

五、**咨询电话**：(0574)87741212、87061859

六、**公司地址**：宁波市中山路579号中山银座B605

未尽事宜详见网络拍卖竞买须知