

本期健康 100 问 关注肾病、呼吸和皮肤



“健康 100 问”的答案将刊登在每周一的《健康周刊》。由于提问的读者众多,所以每期我们只能从中挑选个别有代表性的问题,供有类似困扰的读者参考。

糖尿病人小便蛋白呈阳性

Q52: 男性 51 岁,有 10 年糖尿病史,以前有高血压,但现在血压和血糖都控制得不错。体检时发现小便有蛋白,一个+,肾功能正常。请问还要做哪些检查?要怎么治疗? 131****7814

东南大学附属中大医院肾内科 张晓良主任:首先要确定这个尿蛋白是真性还是假性的。像寒冷刺激、过度运动、长时间站立都有可能造成生理性尿蛋白。所以建议连续复查 2-3 次,每隔一周查一次。注意检查要在身体平稳的情况下进行,如没有感染、发烧、劳累等。如果连续 2-3 次检查都是阳性,建议进行 24 小时尿蛋白定量检测。如果检测结果大于 150mg,同时也排除了其他病因,则这位读者很有可能是糖尿病肾病。如果确诊是,可通过早期治疗延缓病情发展,不过在此之前一定要控制血糖、血压、血脂达标,否则药物治疗难有效果。

尿酸高的人能否吃大米

Q53: 现尿酸高的老人很多,在网上搜索了一下连大米都含嘌呤,

到底还有什么能吃?豆浆能喝点吗?请给予指导,谢谢!139****4396

张晓良:首先嘌呤也是人必须要补充的一种物质,几乎所有食物中都含有不同程度的嘌呤,只是多少的问题。尿酸高的主要问题不在于嘌呤的摄入量过多,而在于代谢失常。大米、豆制品的嘌呤含量要比肉类少得多,尿酸高的人更要注意少吃动物内脏,限酒,尤其是红酒,然后是啤酒、白酒等。

换肾后你得注意啥

Q54: 尿毒症患者换过肾后生活、饮食方面应该注意什么? 051787****87

张晓良:首先规范化服用抗排斥药物。这些药会降低病人的抵抗力,所以饮食一定要新鲜、卫生,环境卫生也很重要,这也是最基本。其次,考虑对肾脏的保护,饮食上参考对肾功能不全患者的要求,不吃动物内脏,饮食清淡,选择优质蛋白,如牛奶和鸡蛋白。豆制品少吃或不吃,因为它属于植物蛋白,人体在利用它时产生的废物会加重肾脏负担。

治疗肾结石方法有多种

Q55: 肾结石除了手术外,还

有什么方法,在生活和饮食方面是否有什么需要注意? 84****83

张晓良:现在治疗肾结石的方法有很多,具体选哪种要看结石的位置、多少、是单发还是多发等因素。像体外冲击波碎石,多针对输尿管结石,结石在 2 厘米以内。此外,还可通过尿道输尿管镜碎石取石,这属于微创手术。再就是传统的手术取石。至于饮食上的注意,要根据结石的性质而定,因为不同的结石饮食要求不一样,有些甚至是相反的。

吃鱼肝油加快结核病灶钙化?

Q56: 肺结核病人吃鱼肝油、钙片能加快病灶钙化吗?要怎么做才能加快钙化? 84427548

南京胸科医院呼吸二科主任 李田:经抗结核治疗之后,结核杆菌被抑制,病灶周围因大量纤维增生而逐渐包裹,使病灶里面失去水分而干燥,在这个基础上缓慢地发生钙盐的沉积,这就是通常所说的钙化灶。对肺结核病人来说,接受正规的抗结核治疗才是最重要的。吃鱼肝油、钙片并不能加快病灶的钙化。只要治疗规范、营养正常、饮食正常,就不必常服这些东西。

病人千万不要为了追求快速钙化而擅自增加药物剂量或滥用保健品,这样很容易导致肝损。如果出现肝损,抗结核治疗会被迫暂时停止,这样一来反而会给治疗带来反作用。

炒菜的油烟也能致肺癌?

Q57: 吸烟可能会导致肺癌,听说厨房油烟也容易致肺癌,是这样吗?哪些危险因素会导致肺癌?这病遗传吗? 189****0035

李田:长期处在厨房的油烟环境中可以成为肺癌的一个诱发因素,所以煎炒烹炸时打开抽油烟机,保持厨房通风对预防肺癌也是有好处的。肺癌不算是遗传病,只是受基因的影响,有些人患病的风险要比其他人高。虽然这部分人易感性强,但肺癌最终要发病还要同时受外界因素的影响,所以建立良好的生活习惯对于预防也非常重要。

中药治脂溢性皮炎效果好

Q58: 头皮疼,头发掉得很厉害,这种现象已经有两年了,医生说这叫脂溢性皮炎,想知道有何种方式可以治疗。138****4098

江苏省中西医结合医院皮肤科主任陶迪生:脂溢性皮炎(脱发)要根治比较困难,不过根据我多年积累的临床经验,用中药治疗的效果还不错。我一般会开给患者特定的中药外洗处方,熬水洗头,2 天洗 1 次,同时还可配合吃一些补肾养血的中药。在生活调理方面,首先不要吃油腻、辛辣刺激的食物,

少吃糖,糖吃得太多,皮肤油脂分泌也会增多;其次,选择适合自己的洗发水,小心过敏。每周洗头 2-3 次,不要染发、烫发。

指甲为啥凹凸不平?

Q59: 双手有四个手指的指甲凹凸不平,食指特别严重,指甲周围的皮肤比较干燥,这是怎么回事? 84****44

陶迪生:这可能是甲本身的病变,也可能是有其他疾病如湿疹、扁平苔藓等。可先到皮肤科进行检查,看看到底是何种疾病。比如真菌感染,医生可根据临床表现及真菌学检查来确定。真菌病感染与手足癣、穿不透气的鞋、手足多汗、外伤等有关,指甲凹凸不平是它的临床表现之一。其他如湿疹、扁平苔藓、银屑病、斑秃等疾病,在皮肤上应该还有其各自特征性的表现。建议患者平时注意尽量减少使用刺激性强的化学洗涤用品,少洗手。 快报记者 李鑫芳

参与方式

你可以拨打快报热线 96060,也可发短信参与——江苏移动用户发内容到 10620170881、江苏联通用户发送到 10620170271、江苏电信用户发送到 10620170631,移动和联通均免费发送,电话为 0.5 元/条。

四次人工授精、三次试管婴儿均告失败

微创手术让 37 岁不孕女怀上宝宝

1 月 24 日,“好孕计划”再次从活动指定医疗机构华世佳宝妇产医院传出喜讯,张扬经 B 超检测,确诊已成功怀孕。尽管近日“好孕计划”喜讯频传,先后传出 52 位女性获得好孕的消息,但曾做过四次人工授精、三次试管婴儿均告失败的张扬无疑是最富传奇的一位。这个曾被宣判孕育“死刑”的女性是如何“起死回生”的呢?

不孕女求子多年均告失败

为了要个孩子,张扬从 26 岁开始,已经在求医的奔波中艰难度过了 11 个春秋。北京上海的医院去了很多次,各种检查也做了无数,但检查的结果是输卵管、卵巢、子宫等各孕育通道完好,功能全部正常,一直查不出病因,医生看她实在想

要个孩子,就建议她做试管婴儿碰碰运气。

说是碰运气,其实这是最后一条路了,张扬是孤注一掷,完全是不达目的不罢休。张扬选中某三甲医院,她希望这个在试管婴儿方面负有盛名的医院能够给自己带来好

孕。医院的专家说,试管婴儿是终极手段,让她先试试人工受精。就这样,张扬开始了旷日持久的治疗,在随后的 5 年时间里,张扬在这家医院先后做了四次人工受精均告失败,最后又做了三次试管婴儿,但都没有成功。

宫腔腹腔镜手术圆了她的母亲梦

让张扬“起死回生”的是华世佳宝的梁毅殊主任和她操作的宫腔腹腔镜联合手术。华世佳宝的不孕不育专家们经过会诊后,采用“五阶梯筛查法”对她进行全面的排查。但结果还是和以前一样,输卵管、卵巢、子宫等都很正常,只有盆腔还不能确定,因为盆腔对于常规 B 超来说,那里仍然

是一片盲区,尤其是一些细微的病变,B 超根本不能识别。为了全面排除孕育障碍,专家组决定对她进行宫腔腹腔镜的联合探查。终于,在宫腔镜和腹腔镜的联合探查下,张扬的不孕元凶暴露出来,在盆腔内发现了子宫内膜异位灶,该病灶已经导致轻微的盆腔粘连。

梁毅殊主任说,“一般的子宫内膜异位症,内膜异位位在卵巢上,形成巧克力囊肿,或者异位在子宫肌层,会出现痛经等症状,B 超很容易发现。张扬的子宫内膜异位位在盆腔内,B 超难以发现,子宫内膜异位症除了局部形成包块结节粘连,影响生殖器官功能外,还产生免疫因子,严重干扰到孕育过程。除了腹腔镜,目前还没有别的办法能够发现,如果不排除这个问题,做试管婴儿也没有用。”

病因找到了,梁毅殊和孙荣生两位主任当即对张扬实施了手术,在微创可视的条件下,清除了子宫内膜异位灶,排除了盆腔粘连。1 月 13 日,张扬来到华世佳宝妇产医院通过血液早孕检测,确诊达到早孕水平,经历 11 年艰难求子历程的张扬自然怀孕了!她不敢相信这么简单就怀孕了,1 月 23 日,张扬又来到华世佳宝妇产医院做了 B 超,看到宫内单胎存活,她对华世佳宝的感激无以言表。

病因探查与微创手术完美同步

作为最早在南京地区开展宫腔腹腔镜手术的梁毅殊主任深有体会,认为腹腔镜在不孕症的临床诊断和治疗上有着不可替代的作用和优势。这是因为,选择腹腔镜可直接观察到内生殖器,获知输卵管的通畅度、子宫、卵巢情况,了解有无盆腔粘连、盆腔结核、子宫内膜异位症等病变,以及病变范围和程度,还可通过活检了解其病理情况,获得可靠诊断,同时对病灶进行治疗。而应用腹腔镜,不仅可以直观观察宫腔和宫颈,评价导致不孕的子宫、宫颈因素,还可以对某些部位病变直接进行手术治疗且无放射线损伤。

拿女性不孕症最为多见的输卵管梗阻的诊断与治疗为例,梁毅殊主任说,对于输卵管因素不孕

的患者,我们通过常规检查,若为输卵管近端阻塞,通过宫腔镜,使用导丝技术疏通,即将一根导管通过阴道放至子宫内输卵管的开口部位,管中有根超滑柔软的铂金导丝,然后在腹腔镜直视条件下,将导丝送达堵塞部位,并置入预防粘连的药物,对患者进行子宫输卵管再通术;如为输卵管远端阻塞,可通过腹腔镜手术造口疏通。”

梁主任介绍,该技术被称为“两镜一丝”,是腹腔镜微创技术合并美国 COOK 导丝介入技术”的简称。两镜一丝”集诊断治疗为一体,不仅具有时间短、创伤和痛苦小、出血少、并发症少、术后恢复快的优点,而且还大大降低了误诊率和假阳性率,是输卵管梗阻引起不孕的首选治疗方式。 王茜

相关链接 >>>

“好孕计划·特别关爱行动”实惠多

“好孕计划”活动组委会相关负责人介绍,去年 12 月初,根据对已接受病因诊断的女性不孕患者病案进行系统分析后发现,女性不孕问题呈现逐年迅猛增长趋势,这与现代女性受工作压力、饮食结构、环境污染等因素影响导致的内分泌紊乱;不规范人流手术导致的妇科问题;不洁性生活造成上行感染引发的阴道、宫颈、宫腔、输卵管、盆腔等部位的妇科炎症;以及多囊卵巢综合征、子宫内膜异位症、子宫肌瘤、卵巢囊肿、输卵管梗阻等诸多妇科

疾病高发有直接关系。

为此,活动组委会发出了“规范治疗妇科疾病,有效防治女性不孕”的呼吁,为了教育更多有生育需求的女性朋友重视自身生殖健康,坚持做好妇科疾病的有效防治,对已存在的各种妇科疾病应及时接受规范诊疗,活动组委会还及时推出了“好孕计划·特别关爱行动”,凡于 2010 年 2 月 12 日前,到华世佳宝妇产医院妇科就诊的患者,均可享受到诊疗 8 折优惠和 1000 元腹腔镜微创手术援助。



张扬在南京华世佳宝妇产医院接受治疗