

专科权威轮番登场,本期四科解惑答疑

肾内科

慢性肾衰,平稳就是好疗效



出场专家:孙伟
江苏省中医院全国肾病医疗中心主任、主任医师、博士生导师、教授

病例:22岁的浙江青年小吴,患慢性肾炎2年后发展为慢性肾衰竭,当时血肌酐 $230\mu\text{mol/L}$ (正常值一般 $<130\mu\text{mol/L}$)。慕江苏省中医院肾内科孙伟教授之名专程来南京治疗。经过3个月中医药治疗结合降压、纠酸等处理,血肌酐降至 $175\mu\text{mol/L}$ 。其后持续2年坚持在孙伟教授处随诊服药,血肌酐维持在 $170\mu\text{mol/L}$ 上下。2010年春节前后,因为感冒、节日过度饮食,春节期间停服中药,节后血压升高、血肌酐骤然上升至 $530\mu\text{mol/L}$ 。后来虽经住院治疗,血肌酐仍持续上升至 $700\mu\text{mol/L}$ 以上,不得不透析治疗。

中医药治疗、降压纠酸是主要措施

慢性肾衰患者越来越多,在我国,由于慢性肾炎导致的慢性肾衰竭患者的比例没有减少,但由于高血压、糖尿病、痛风等继发性肾脏病所导致的慢性肾衰竭正

在快速增长。一些年轻人平时不在意,往往在连续疲劳之后由于剧烈头痛或视物目糊才发现恶性高血压和血肌酐严重升高,其实是患慢性肾炎多年未发现、未治疗导致肾功能急剧恶化。

对于慢性肾衰竭的治疗,其主要措施有控制血压、纠正酸中毒,以及纠正贫血,这些通常是西药的处理手段。但中医药对治疗慢性肾衰的疗效越来越受到肯定,应用中医药保护肾功能、延缓肾功能减退既安全有效,又经济实用,还能够提高人体整体活力。肾内科主要采取的措施有服用水药(中药煎剂)、自制中成药(如省中医院的保肾片)、中药保留灌肠、中药序贯结肠透析、中药药浴、中药蒸气浴、中药外敷等。大部分血肌酐在 $200\mu\text{mol/L}$ 左右的病人只要经过中药系统治疗,往往能持续平稳一二十年。

缓慢进展不必慌,平稳就是好疗效

各种肾脏损害不是以是否“治愈”、“断根”为治疗目的的,也不是治疗一个阶段就能停止的。其疗程就是“终生”,治疗目的就是为延缓病情进展、减少慢性肾衰竭、尿毒症的发生。其实,终生治疗并非天天吃药,生活节制、饮食调养、适度锻炼等都是治疗之法。树立正确的治疗理念,可以起到事半功倍的效果。

常有病人问,慢性肾衰能治“好”吗?要治疗多长时间?总希望将血肌酐降至正常才“甘心”。这样的心情是可以理解的。在慢性肾衰的治疗过程中,血肌酐会随治疗力度的强弱、生活状态的调适等因素而有波动,此时不必惊慌,惊慌会影响情绪,引起血压波动,丧失治疗信心。同时也不要“贪心”将血肌酐降至正常,小幅波动、基本平稳就是好疗效。由于慢性肾衰治疗周期很长、取效较慢,切忌频繁更换医生,否则不利于医生把握病情,治疗策略多变更会影响疗效。 快报记者 金宁

健康信息汇

4月24日有心脏疾病大型义诊咨询

心脏病义诊:春季气候多变,也是心脏疾病多发的时期,为使更多的心脏病患者得到科学的防治,东南大学附属中大医院心血管内科将于4月24日(周六)下午2点,在该院门诊大楼二楼大厅举办心脏疾病春季大型义诊咨询活动,该院著名心脏专家马根山教授将率领强大的心脏专家、博士团队,现场为冠心病、高血压、心律失常、先天性心脏病等各类心脏病病人提供现场咨询义诊服务。 程守勤

4月24日有慢阻肺健康教育讲座

慢阻肺防治:慢性阻塞性肺病(简称慢阻肺)是一种慢性呼吸系统疾病,包括慢性支气管炎和肺气肿,患病人数多,病死率高。为了普及慢阻肺知识,增强患者自我保健意识,东南大学附属中大医院呼吸内科将于4月24日(星期六)14:00~15:30在该院门诊大楼北侧五楼健康教育室,举办慢阻肺健康教育知识讲座,由该院呼吸科主治医师孙思庆主讲,免费向广大患者及家属开放,并提供现场咨询服务。 程守勤

患上声带小结 请慢点说话

声带小结,多因长期用声不当或用声过度所致。好发于职业性用嗓者,如教师、歌唱家等。还有一些管理人事,做事风风火火,说话干脆、快速的干练人士,在临床上也是常见患者。主要以中年女性居多。东南大学附属中大医院耳鼻喉科孙宝宾副主任医师指出,声带小结,除了要注意用嗓过多、发音不当外,还要注意放慢语速。

专家分析说,在临床上发现,一些管理层的干部,特别是一些中年女性容易出现声带小结,且这些人群均有一个特点,就是说话很快,且频率较高。病理发现,声带小结的位置多在膜性声带的中点,因该处为每振动波的震荡最高点,用声不当或用声过度可于该点发生局限性充血和水肿。长期就可导致上皮增厚而形成结节。每个人的发声能力有高音(声音频率范围)、音强(声带张力)、音时(发音用声的时间)三个方面,超过此范围将发生声带病变。专家指出,除了减少用声的频率外,如果把声音放慢,也可以达到缓解的效果。这是因为,声音放慢,可以减少声带的张力,在一定程度上可以保护声带。

专家提醒说,声带小结者要改变不良生活习惯,忌烟戒酒、避免刺激性食物。感冒时要注意声音休息,尤其是感冒出现声嘶后。变声期、月经期、妊娠期,声带均有生理性改变,此时要保证声音休息,否则创伤后不易恢复。不要到卡拉OK厅去K歌,避免劳累。供稿 东南大学附属中大医院耳鼻喉科 孙宝宾 杜思

呼吸科

得了慢阻肺胸片却没查出来



出场专家:李田
南京市胸科医院呼吸二科主任
任在肺病的内科诊治上有所长。

病例:黄师傅咳嗽、咳痰有一段时间了,在当地医院拍片没发现什么问题,3月初再次就诊时被查出有慢阻肺。不过他很疑惑,为什么上次拍胸片没发现问题?

针对黄师傅的情况,南京市胸科医院呼吸二科主任李田提醒,首先要确诊是不是慢阻肺。因为它的诊断也有标准:首先,咳嗽、喘等症状一般要持续2-3年;其次,看胸片;第三,要做肺功能检测,这是诊断慢阻肺的金标准。仅凭胸片来查慢阻肺很容易漏诊。慢阻肺早期症状

隐蔽,可出现咳嗽、咯痰等,但有些症状较常见,所以易被忽视,而一些患者等出现气短、呼吸困难等状况时往往已属中晚期。因此建议三类人要及时到医院进行肺功能检测以确诊是否有慢阻肺:一是经常咳嗽、咯痰者,二是高危人群,如长期吸烟或长期处于被动吸烟环境中者,长期接触粉尘和刺激性气体者,三是家族中有慢阻肺病人者。

感冒会加重慢阻肺病情,所以呼吸道疾病高发的季节,病人一定要做好防护。针对治疗,李

主任认为,只要有条件,病人都应该接受氧疗。因为慢阻肺带来的肺部损害是不可逆的,进一步发展会出现呼吸衰竭,严重的甚至引发消化道出血、肺心病等。目前的治疗只能控制症状,保护肺功能。长期家庭氧疗可以达到这个目的,同时它还能提高全身和呼吸道局部的免疫能力,减少急性呼吸道感染的发生。此外,李主任还提醒,即便病情得到控制,处于稳定期也要坚持治疗,天气变化大时,病情很有可能再次急性发作。

快报记者 李鑫芳

骨科

补钙与服用降压药之间会有冲突吗



出场专家:王钢锐
南京市第一医院骨科副主任医师、博士。

病例:崔奶奶今年83岁,有高血压和骨质疏松,所以在服降压药的同时也在吃钙片。但她很担心,这两者之间会不会有冲突,因为有病友告诉她,现在他们用的降压药属于钙离子拮抗剂。

其实,补钙与服用钙离子拮抗剂降压没有矛盾。原来,人体中的钙有极少部分存在于血管内皮细胞与心肌细胞中,它们含量极微,却有着十分重要的生理功能。如果这些细胞内钙离子浓度的增加,可以引起细胞的收缩,使血管阻力增加,血压升高。南京市第一

医院骨科副主任医师王钢锐博士解释说,钙离子拮抗剂就像忠实的门卫,它与钙离子通道结合后,就阻止了钙离子进入细胞,从而使血管松弛,阻力减小,血压降低。但它们对血液中钙的含量没有影响,更不会拮抗钙的其它生理作用,而补钙“补”的主要是血液中的钙。钙是这样被人吸收的——经胃肠吸收,进入血液,形成血钙(即血液中钙的含量),再通过骨代谢,把血钙进行钙盐沉积,形成骨骼。

针对骨质疏松的治疗,王博

士提醒,不同类型的骨质疏松,治疗手段不一样,单靠补钙是不行的。而且也不是说钙吃得越多,形成的骨骼就越多。血液中钙的含量必须保持在一定水平,过多或过少都不行。过量补钙,血液中血钙含量过高,可导致高钙血症并会引起并发症,如肾结石、血管钙化等。不过,适当补钙反倒对降压有一定帮助。最安全有效的补钙方式是在日常饮食中加强钙的摄入量。同时,适当晒太阳和户外运动也有利于钙的吸收和利用。

快报记者 李鑫芳

精神科

被男生拒绝,中学生精神异常了



出场专家:袁勇
东南大学附属中大医院心理精神科主任、博士、副主任医师、副教授

病例:17岁的中学生小敏,是个特别爱美的姑娘,生病时16岁,小敏正值青春情窦初开,一次主动写了一封情书给班里某位高大帅气的男生,该男生没有注意方式方法,不仅当众嘲笑小敏长得丑,还在她脸上画了一只乌龟,小敏大受刺激,精神从此不正常,一开始只是胡言乱语,后来发展成打骂家人。

东南大学附属中大医院心理精神科主任袁勇分析,小敏属于青春型精神分裂症,很有可能在写情书给男生之前就存在“钟情妄想”,即认为该男生喜欢她,在暗示她与之交往,只是家人没有仔细观察发现她的思维行为异常,而她送出情书受到的嘲笑,等

于是外界又给病情一个刺激,让病情有所加重。袁主任说,16岁至25岁是精神分裂症的高发期,尽管精神卫生越来越受到人们关注和重视,但大家真正遇到这种病时会误以为是心理问题,尤其是发生在孩子身上,家长不愿意承认是精神分裂症,往往喜欢找中医调理,从而耽误了宝贵的治疗时间,小敏就是在家休息了大半年、开始打骂家人时才来医院看病。

专家对记者说,精神分裂症患者可能出现躯体化表现,前不久有个女孩诉说自己耳朵疼,问她耳朵疼为什么不去看五官科,她说五官科做过检查确诊没有问题。当精神科医生继续问诊时,这

个女孩突然哭了起来,她说自己老听到耳朵里有个人在讲她坏话,讲得越多她感觉耳朵越疼。其实她患的是精神分裂症,已经出现了幻听和思维障碍等症状。

“在春天应特别注意预防精神疾病”,袁主任特别提醒市民,原有精神疾病病情稳定者,如果在这个季节开始失眠或发脾气,则说明有复发的可能性,建议及时就调整药物。有些人表现出隐性精神症状,家属千万别认为是心理问题,譬如,当你身边的人无明显原因,突然懒散不愿见人,尽管工作仍然能够完成,但工作效率下降,建议有这些情况时要去专科医生处咨询一下。

快报记者 金宁

全科互动

快报全科专家团队继续为你的健康保驾护航。这里吸引了南京地区二十家三级医院百位专家的加盟,如果你有健康疑问,欢迎通过下面渠道与我们联系,权威专家将为你答疑解惑。提问时请注意,尽可能把病情描述得详细些,不要笼统地讲肚子痛或头痛,年龄、性别也都是很重要的信息,如果你以前也曾就医,不妨告诉工作人员当时的检查及诊断结果。

- 1. 热线电话:96060。
- 2. 移动用户发送短信到1065830096060 电信用户发送短信到10659396060 联通用户发送短信到1065596060