

肾病前期无症状 早查早治是关键

54岁的出租车司机老张,怎么也没想到自己会和“尿毒症”这三个字扯上关系。“就是最近有点累,腿有点肿,以为是开车坐久了。”他坐在病床边,苦笑着卷起裤腿,露出按下去就是一个坑的小腿。3天前,他被确诊为慢性肾脏病5期,即尿毒症。

3月12日是第21个世界肾脏日,主题为“全民肾脏健康:关爱人类,保护地球”。北大医院太原医院肾脏内科主任、主任医师陈晓丽提醒,慢性肾脏病前期无明显症状,不易被发现,一旦发现就是中晚期,被称为“沉默的杀手”,而早筛查、早发现、早治疗是保护肾脏健康的关键。

① 症状隐匿需高度重视

在肾内科诊室,35岁的李瑞刚,因泡沫尿半年、双下肢水肿1周就诊。“医生,我之前一直没有明显症状,这次检查怎么就成慢性肾脏病4期了?”他焦急地询问。原来李瑞刚患糖尿病已有5年,从未查过尿。医生叹息:“如果早点查个尿,可能就是另一个结果。”

“这就是肾脏的‘沉默’之处。”陈晓丽解释道,慢性肾脏病是指肾脏结构或功能异常,且这种异常状况持续时间大于等于3个月的一类疾病。肾脏没有痛觉神经,早

期受损时几乎没有症状,部分患者仅有乏力、腰酸等轻微不适,容易被忽视。随着病情进展,可能出现水肿、高血压、贫血、乏力、食欲减退、恶心、呕吐等症状,严重时可能导致肾衰竭,出现少尿甚至无尿等症状。

“平时要观察尿液情况。”陈晓丽提醒,如泡沫尿细密、久不消散;尿液颜色是否呈茶色或红色;夜尿明显变多,一晚上起夜两次以上等,都要引起高度重视。同时,要观察是否水肿,早上眼皮肿、傍晚脚踝小腿肿,按下去有坑。

② 五类人群属高危人群

门诊大厅“世界肾脏日”义诊台前,排队的市民络绎不绝。护士正在为患者检测血压、血糖。

“血压高,建议进一步诊断治疗。”医生提醒说,“我血压高已五六年了,也没啥症状,就一直没当回事。”男士挠挠头。

“高血压是诱发肾脏病的高危因素。”陈晓丽列出一份高危人群清单:第一类,糖尿病患者,我国约20%至40%的糖尿病患者会并发糖尿病肾病,是终末期肾病的第一大

病因;第二类,高血压患者,长期高血压导致肾小球硬化,肾单位逐渐丢失;第三类,高尿酸血症患者,尿酸结晶沉积肾脏,引发间质性肾炎;第四类,肥胖者,肥胖本身可导致肾小球高滤过,加速肾功能下降;第五类,有肾脏病家族史者,部分肾小球疾病具有遗传倾向。

“这几类人群,不管有没有症状,建议每年查一次尿常规、肾功能、肾脏超声、尿微量白蛋白。”陈晓丽强调,这是早筛查、早发现的关键。

③ 定期体检是早筛关键

“预防和早期诊断,对于降低慢性肾脏病的病死率非常重要。”陈晓丽表示,预防慢性肾脏病需养成健康生活方式,饮食上减少高盐、高糖、高脂肪食物摄入,多吃蔬菜水果;适度运动,控制体重;积极治疗基础疾病,如糖尿病、高血压等,控制病情发展;如身体不适,要尽早就医,遵医嘱用

药,不可自行服用药物。

“定期体检,进行尿常规、肾功能等相关检查,利于早期发现肾脏异常,及时干预。”陈晓丽特别强调,慢性肾脏病可发生在各年龄段,呈高发率、高隐蔽性、高致残致死率的特点,公众要高度重视每年的体检。 记者 刘涛

4龄童患胆管结石 微创手术成功救治

本报讯(记者 魏薇)山西大二院消化内镜中心日前成功为一名年仅4岁的胆总管结石患儿实施了高难度内镜下逆行胰胆管造影取石术,不仅及时挽救了患儿的生命,更填补了我省低龄儿童复杂胆胰疾病微创治疗领域的空白。

4岁的患儿聪聪(化名)突然出现持续性的腹痛。家长带其到当地医院就诊,检查显示孩子胆管明显增宽,

病情危重。到省城医院进一步检查后,确诊聪聪的胆总管下段结石梗阻,伴随肝功能异常。结石梗阻可引发胆汁淤积、肝脏损伤,如果不及早干预,将进展为黄疸、重症感染、胰腺炎,甚至危及生命。

当前唯一有效的微创治疗方案就是内镜逆行胰胆管造影术。但患儿胆道纤细、解剖结构特殊,麻醉和手术操作风险极高,辗转多家医

院都没有手术把握,最终患儿的家长找到山西大二院消化内镜中心毓珊主任。作为山西省胆胰疾病微创诊疗核心平台,山西大二院消化内镜中心高度重视患儿病情,第一时间启动多学科协作,全面评估手术风险,为患儿制订个体化诊疗与应急预案,以无创、不开刀的手术方式,顺利解决了患儿胆道梗阻的问题。患儿现已转危为安,肝功能逐步恢复正常。

单孔腹腔镜阑尾切除术为患者解病痛

本报讯(记者 李杰华)近日,阳曲县人民医院外科成功完成首例单孔腹腔镜阑尾切除术,为一名18岁女性急性阑尾炎患者解除病痛。这是该院继成功开展单孔胆囊切除术后,在微创外科领域的又一突破。

单孔腹腔镜阑尾切除术对医生操作技术和团队配合

要求较高。患者因急性腹痛紧急入院,经检查确诊为急性阑尾炎,考虑到患者年轻且术后美观要求高,医院外科团队在详细评估病情、充分沟通后,为患者量身定制单孔腹腔镜阑尾切除术方案。

与传统腹腔镜手术需在腹部做2至3个切口相比,该术式仅在脐部做一个微小切

口,借助肚脐自然褶皱隐藏疤痕,创伤小、术后疼痛轻、恢复快、美观效果好,更契合年轻患者需求。

术中,外科团队凭借精湛技术与默契配合,在高清内镜下精准操作,全程仅用时50分钟,患者生命体征平稳,未出现并发症,术后恢复良好。

护眼行动走进校园

本报讯(记者 毕晶晶)“原来眼镜准不准,全靠这些仪器把关。”3月10日,在晋源区第十实验小学,孩子们围着验光机、焦度计等设备,争相体验“给眼镜做体检”。这是晋源区市场监督管理局联合省检验检测中心专家,在“3·15”前夕开展的“计量守护视力健康”活动现场。

专家们把实验室搬进校园,通过知识问答、模拟检定等互动,让抽象的计量知识变得触手可及。“我的眼镜度数准不准?”面对孩子们的提问,专家一一解答,并演示如何用设备测量镜片度数。

校园科普刚结束,执法人员又马不停蹄走进辖区内眼镜店,对店内的验光仪、

焦度计等计量器具挨个“体检”。合格设备被贴上绿色标识,确保每一副配出的眼镜都数据精准。检查同时,执法人员拿出《眼镜制配计量监督管理办法》,现场给经营者普法。

这场从校园到商家的“护眼行动”,既让孩子们增长了知识,也为消费者的视力健康上了把“安全锁”。



“耳屎”背后藏大病

5岁男童看电视音量总调得很大,父母以为孩子是“耳屎”堵塞导致听不清声音,到医院就诊后,细心医生发现“耳屎”背后藏着的问题后顺藤摸瓜,最终揪出听力下降的“真凶”——腺样体肥大引发的分泌性中耳炎。

家住武汉市青山区的5岁男孩乐乐(化名)最近让父母有些忧心:叫他时常没反应,看电视总要把音量调得很大。家长发现孩子的两只耳朵里塞满了耳屎,以为只是耳朵被耳屎堵住了导致孩子听不清声音,随后带着他来到医院请医生帮忙取出堵塞耳道的“耳屎”。

耳鼻喉科医生为乐乐细致地清理了外耳道后,经诊断,乐乐患有双侧分泌性中耳炎,检查发现孩子的腺样体明显肥大,堵塞后鼻孔接近80%。医生解释,腺样体是位于鼻咽顶部的淋巴组织,儿童期生理性肥大较常见。乐乐肥大的腺样体正好压迫了咽鼓管咽口,导致其功能障碍,使中耳腔形成负压,继而引发渗出,最终发展为分泌性中耳炎,这才是导

致他听力下降、发音不清的真正原因。

明确病因后,医生为乐乐实施“腺样体切除术+双侧鼓膜切开置管术”。通过切除肥大的腺样体,改善孩子鼻腔通气,孩子晚上不打鼾,睡得更香了。腺样体切除后,解除了对咽鼓管的压迫,同时在鼓膜上置入通气引流管,使中耳内的积液得以引流,并保证在未来一段时间内中耳气压平衡,促进炎症彻底消退和听力恢复。

专家提醒广大家长,儿童腺样体肥大多发于3岁至10岁,由于儿童咽鼓管短、平、直,且发育尚未成熟,加上肥大的腺样体堵塞咽鼓管咽口,常常易并发分泌性中耳炎或化脓性中耳炎,导致听力下降、耳鸣、耳流脓等,长期不愈会影响孩子的语言发育和学习能力。如果孩子出现说话有时吐词不清、对呼唤反应迟钝、注意力不集中、看电视或听设备时音量调得过高、反复要求别人重复说话或老师反映孩子课堂上“走神”,应尽早到医院就诊。

据极目新闻