

肾小球肾炎是什么原因引起的,能根治吗

□王尚飞

肾小球肾炎是一种自限性疾病,一般是由于各种免疫因素导致自身肾小球功能遭到破坏,早期表现为水肿、高血压、血尿等症状,随着病情进展有可能会出

1. 感染

急性肾小球肾炎常出现于感染之后,以急性链球菌感染最为常见,此外还可以见于其他细菌或病原微生物感染。链球菌、支原体等感染引起会导致免疫功能受损,或是持续性的上呼吸道感染、肠道感染、皮肤感染等均可能导致肾小球肾炎。

2. 肾外疾病

肾小球肾炎的病因比较复杂,确切的发病机制不详细,也可能跟直接的毒素侵犯肾小球有关系,而糖尿病、高血压等慢性疾病长期损伤肾脏,也有可能引发肾小球肾炎。系统性红斑狼疮、过敏性紫癜性肾炎等疾病,可能导致免疫系统异常攻击肾小球,从而引起肾小球肾炎。

3. 遗传

肾小球肾炎与家族遗传有关,有肾小球肾炎家族史的人群,后代患病的概率明显高于其他人群,另外基因突变也容易引起肾小球肾炎,包括X连锁显性遗传、常染色体隐性遗传、常染色体显性遗传三种类型。

4. 药物

大部分药物都需经肝肾代谢,短期用药通常不会损害肝肾功能,但长期服用对肾脏不好的药物或是短期服用具有肾毒性的药物,均有可能对肾脏功能造成损害。

出现肾小球肾炎症状应及时前往医院诊治,尽早明确诊断才能采取治疗措施,避免病情进一步加重导致治疗难度增加,肾功能损伤加重。肾小球肾炎能否根治要根据具体情况进行判断,按照肾小球肾炎发病的急缓分为急性肾小球肾炎和慢性肾小球肾炎。

急性肾小球肾炎通常发病较急,继发

于上呼吸道感染和皮肤感染,大多由链球菌感染造成,以对症治疗为主,应用抗病原微生物的药物进行治疗,一般不采用免疫抑制剂,绝大多数急性肾小球肾炎经过积极治疗可以恢复正常,仅少数遗留尿中潜血增加或者微量蛋白增加。慢性肾小球肾炎病程超过3个月,一般很难治愈,可通过对症治疗控制病情,达到延缓肾功能恶化的效果。

确诊肾小球肾炎首先要明确病因,在给予治疗的同时加强饮食管理,注意避免感染、劳累,避免肾小球肾炎复发或恶化。

(作者单位:河南省上蔡县人民医院)

在等待救护车的过程中,你需要做什么

□孙秀芳

在等待救护车的过程中,我们可能会感到焦虑、紧张甚至恐惧。但是,实际上,在这个时候,我们有很多事情可以做,不仅可以缓解自己的紧张情绪,还可以为伤者提供必要的帮助。本文将向大家介绍在等待救护车的过程中,我们可以做些什么。

首先,保持冷静是非常重要的。面对突发的医疗事件,我们可能会感到不知所措,但是保持冷静有助于我们做出正确的决策。在等待救护车的过程中,我们可以尝试做深呼吸、放松肌肉、分散注意力等,以缓解紧张情绪。

其次,我们可以与伤者及其家属保持沟通。在这个过程中,他们可能会感到孤独、无助甚至恐慌。因此,我们可以给予他们必要的

安慰和支持,让他们知道我们正在尽力帮助他们。同时,我们也可以询问伤者的身体状况,了解他们的需求,以便更好地协助他们。

第三,我们可以为伤者提供必要的帮助。例如,我们可以帮助伤者移动到安全的位置,避免二次受伤;我们可以提供必要的工具或物品,如纸巾、水等;我们还可以帮助家属联系其他专业人员或机构,如医生、护士、消防队等。

第四,我们可以保持现场秩序。在等待救护车的过程中,混乱和嘈杂可能会影响现场的救援工作。因此,我们可以保持现场秩序,避免围观和拥挤,为救援人员提供必要的空间和通道。

第五,我们可以拨打紧急电话寻求帮助。在等待救护车的过程中,如果我们遇到无法处理的情况,可以拨打当地的紧急电话寻求帮助。例如,在中国的许多地区,可以拨打120或当地急救电话寻求帮助。

最后,我们需要了解一些基本的急救知识。在等待救护车的过程中,如果我们能够提供基本的急救措施,可以为伤者争取更多的救治时间。例如,我们可以学习心肺复苏术(CPR)和止血方法等。此外,我们还需要了解常见的医疗术语和术语缩写,以便更好地与医护人员沟通。

总之,在等待救护车的过程中,我们有很多事情可以做。保持冷静、与伤者及其家属沟

通、提供必要的帮助、保持现场秩序、寻求紧急帮助以及学习基本的急救知识都是非常有用的方法。通过这些方法,我们可以为伤者提供必要的支持和帮助,同时也能够缓解自己的紧张情绪。

最后,我想强调的是,无论在什么情况下,我们的行动都应该以保障伤者的安全为前提。只有在确保自己能够正确、有效地提供帮助的情况下,我们才应该尝试采取行动。如果有任何疑问或不确定的情况,最好寻求专业人员的帮助和支持。

(作者单位:河北省沧州市中西医结合医院院前急救中心)

什么人容易得脑梗

□王磊

脑梗,即脑梗死,是一种常见的脑血管疾病,通常是由于脑部血液供应不足或中断而引起的脑组织坏死。虽然脑梗的病因复杂多样,但了解哪些人容易得脑梗以及如何预防,对于维护个人健康至关重要。本文将就此话题展开讨论。

一、易患脑梗的人群

- 中老年人:随着年龄的增长,人的血管弹性逐渐变差,血管脆性增加,易发生脑梗。
- 长期高血压患者:高血压会导致血管壁损伤,血液粘稠度增加,从而增加脑梗风险。
- 糖尿病患者:糖尿病患者常伴有高血糖、高血脂等代谢紊乱,易导致动脉硬化,进而引发脑梗。
- 吸烟、饮酒者:吸烟和过量饮酒都会损伤血管内皮细胞,导致动脉硬化,从而增加脑梗风险。
- 肥胖人群:肥胖者常伴有高

血压、高血脂等疾病,也是脑梗的高危人群。

6. 缺乏运动者:长期缺乏运动会导致身体机能下降,易引发心脑血管疾病。

7. 家族遗传者:家族中有脑梗病史的人,其患病风险相对更高。

二、预防脑梗的注意事项

- 控制饮食:饮食要均衡营养,多食用富含维生素、膳食纤维的食物,如蔬菜、水果、全谷类食物等。避免高脂肪、高糖、高盐饮食。
- 保持健康体重:定期进行体育锻炼,控制体重在正常范围内。建议每周至少进行3-5次体育活动,如快走、骑车、游泳等。
- 控制血压、血糖、血脂:定期进行血压、血糖、血脂检查,如有异常应及时治疗。同时,应遵医嘱服用药物,如降压药、降糖药、降脂药等。

4. 戒烟限酒:戒烟是预防心脑血管疾病的最有效方法之一。适量饮酒对于健康人可能并无明显危害,但对于已有心脑血管疾病的人,过量饮酒会加重病情。

5. 保持良好心态:情绪波动过大可能导致血压、血糖波动,从而引发脑梗。因此,要学会调节情绪,保持心态平和。

6. 定期体检:定期进行身体检查,及早发现潜在的脑血管疾病风险。

总之,脑梗是一种常见的脑血管疾病,易患人群要格外注意预防。通过控制饮食、保持健康体重、控制血压、血糖和血脂、戒烟限酒、保持良好心态等措施,可以有效降低脑梗的发病风险。同时,定期进行身体检查和积极治疗其他疾病也是预防脑梗的重要手段。

(作者单位:河北省唐山长安医院)

如何做好透析前的准备

□孙彦婷

透析是一种常用的治疗肾脏疾病的方法,它通过模拟肾脏的功能,清除体内的废物和多余水分。在透析前,做好充分的准备是非常重要的,以确保治疗的顺利进行。本文将介绍透析前需要做好哪些准备工作。

一、了解透析过程

在进行透析前,首先要了解透析的过程。透析通常需要多次进行,每次的时间和频率需要根据患者的具体情况而定。在透析过程中,患者需要保持安静,不要随意移动或交谈。此外,还需要了解透析时可能出现的一些不适症状,如头痛、低血压等,以便在出现这些症状时能够及时告知医护人员。

二、饮食控制

饮食对于透析的效果有着重要的影响。患者在透析前应该控制饮

食,避免摄入过多的水分和盐分。应该选择低盐、低脂肪、高蛋白的食物,以保持身体的营养需求。同时,还需要控制饮水量,避免过量饮水导致体内水分过多,影响透析效果。

三、身体准备

在进行透析前,身体需要做好充分的准备。患者应该保持良好的作息习惯,保证充足的睡眠和适当的运动。此外,还需要注意个人卫生,保持皮肤和口腔的清洁。在透析前的一段时间内,避免进行过于激烈的运动或劳动,以免对身体造成过度的负担。

四、心理准备

透析对于患者来说是一种较为痛苦的治疗方法,因此,患者在心理上需要做好充分的准备。应该了解透析的重要性,积极配合治疗,

保持乐观的心态,树立战胜疾病的信心。同时,还需要与医护人员保持良好的沟通,及时了解自己的病情和治疗进度。

五、携带物品

在进行透析前,患者需要携带一些必要的物品。例如,需要携带自己的病历、化验单和治疗计划等资料,以便医护人员了解患者的具体情况。此外,还需要携带一些必要的用品,如透析管路的保护用具、水杯和生活用品等,以确保治疗的顺利进行。

总之,透析前的准备是一个重要的步骤,对于保证透析的治疗效果至关重要。患者应该了解透析的过程、控制饮食、身体准备、心理准备并携带必要的物品。只有做好充分的准备,才能确保透析的顺利进行,并取得最佳的治疗效果。

(作者单位:河北省张家口市万全区医院)

超声检查是一种无创、无辐射的医学检查技术,它利用超声波的特殊性质,通过声波的反射和传播来检测人体内部器官的结构和功能。超声检查在临床应用非常广泛,几乎可以用于全身各部位的检查,包括但不限于心脏、血管、腹部、泌尿系统、妇产科、浅表小器官等。

一、超声检查的原理

超声检查的原理主要是利用超声波的特殊性质,通过声波的反射和传播来检测人体内部器官的情况。具体来说,超声波在人体内部传播时,由于器官的密度、形态、血流等因素的影响,声波会发生反射、折射、散射等现象。医生通过观察和分析这些声波的反射、传播方向、强度等信息,可以判断出人体内部器官的情况。

二、超声检查的优势

- 无创、无辐射:与X光等放射性检查技术不同,超声检查不会对人体造成辐射损伤,也不会留下任何创伤,因此非常适合于孕妇等特殊人群。
- 操作简便、速度快:超声检查仪器操作简便,医生可以快速地进行检查,节省时间。
- 可重复性强:超声检查的结果可以重复性强,医生可以根据需要多次进行检查,以确保结果的准确性。

三、超声检查的应用范围

超声检查几乎可以用于全身各部位的检查,包括但不限于心脏、血管、腹部、泌尿系统、妇产科、浅表小器官等。在临床应用中,超声检查已经成为许多疾病的重要诊断手段之一。例如,在妇科疾病中,超声检查可以用于检测子宫、卵巢等器官的情况;在腹部疾病中,超声检查可以用于检测肝、胆、脾、肾等器官的情况;在心血管疾病中,超声检查可以用于检测心脏的结构和功能等。

四、超声检查的注意事项

- 避免过于紧张:在进行超声检查时,患者应该保持放松,避免过于紧张,以免影响检查结果。
 - 注意检查姿势:在进行超声检查时,患者应该按照医生的要求进行姿势调整,以便更好地观察检查结果。
- 总之,超声检查是一种非常实用的医学检查技术,它具有无创、无辐射、操作简便、可重复性强等优点。在临床应用中,超声检查已经成为许多疾病的重要诊断手段之一。患者在接受超声检查时,应该注意相关事项,以便更好地获得检查结果。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)

你了解超声检查吗

□孙宇