

## 妇科炎症的饮食原则与注意事项

□ 于晓芳

妇科炎症是女性常见的问题之一,包括阴道炎、宫颈炎、盆腔炎等。虽然妇科炎症通常不是严重的疾病,但如果处理不当或忽视,可能会引起更严重的并发症。因此,了解妇科炎症的饮食与营养对于预防和治疗非常重要。

### 一、饮食原则

1.均衡饮食:保持饮食均衡是预防和治疗妇科炎症的关键。确保摄入足够的维生素、矿物质和蛋白质。

2.避免过度辛辣和刺激性食物:辛辣和刺激性食物会刺激生殖器官,导致炎症症状加重。

3.多喝水:保持充足的水分摄入有助于减轻炎症症状,促进新陈代谢。

4.增加蔬菜和水果的摄入量:蔬菜和水果富含维生素和矿物质,有助于增强免疫系统,预防妇科炎症。

### 二、常见食物推荐

1.新鲜蔬菜:如西兰花、胡萝卜、菠菜等,富含维生素和矿物质,有助于增强免疫系统。

2.水果:如草莓、蓝莓、香蕉等,富含维生素C和抗氧化剂,有助于预防妇科炎症。

3.坚果:如杏仁、核桃等,富含维生素E和健康脂肪,有助于提高免疫系统功能。

4.豆类:如黑豆、红豆、黄豆等,富含植物雌激素,有助于维持女性内分泌平衡。

5.鱼类:如三文鱼、鳕鱼等,富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。

### 三、特殊注意事项

1.避免饮酒:酒精会刺激生殖器官,加重炎症症状。

2.避免高糖食品和饮料:高糖食品和饮料会刺激血糖水平波动,不利于身体健康。

3.避免过度油腻食物:过度油腻食物会增加身体负担,不利于炎症的恢复。

4.特殊时期的女性:在月经期和怀孕期间,女性的营养需求会有所变化。建议在特殊时期咨询医生或营养师的建议,以确保摄入足够的营养素。

### 四、营养补充建议

1.钙质:钙质有助于维护女性生殖系统的健康,建议多吃富含钙质的食物,如牛奶、豆制品等。

2.维生素B群:维生素B群有助于维持身体正常代谢和免疫系统功能,建议多吃富含B群的食物,如全麦面包、瘦肉、豆类等。

3.维生素C:维生素C有助于增强免疫系统,建议多吃富含维生素C的食物,如柑橘类水果、草莓、绿叶蔬菜等。

### 五、食谱推荐

1.西兰花炒虾仁:西兰花富含维生素和矿物质,虾仁富含蛋白质和锌,有助于维护生殖系统健康。

2.红豆粥:红豆富含植物雌激素,有助于维持女性内分泌平衡。同时,粥类食物易于消化,适合妇科炎症患者食用。

3.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

4.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

5.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

6.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

7.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

8.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

9.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

10.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

11.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

12.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

13.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

14.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

15.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

16.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

17.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

18.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

19.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

20.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

21.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

22.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

23.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

24.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

25.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

26.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

27.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

28.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

29.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

30.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

31.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

32.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

33.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

34.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

35.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

36.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

37.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

38.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

39.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

40.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

41.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

42.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

43.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

44.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

45.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

46.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

47.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

48.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

49.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

50.清蒸鱼:鱼类富含Omega-3脂肪酸,有助于减少炎症反应。清蒸鱼保留了鱼类的营养素,适合妇科炎症患者食用。

## 母乳喂养的误区与真相探究

□ 张姗姗

母乳喂养是每一个新妈妈都面临的重大挑战,同时也是一个让人充满敬畏的课题。在这个过程中,我们常常被各种误解和偏见所困扰,因此,了解并打破这些误区对于正确认识和实施母乳喂养至关重要。

### 一、常见的误区

1.母乳喂养会影响身材恢复:这是一个非常普遍的误解。事实上,母乳喂养可以帮助新妈妈们更快地恢复到产前的身材。通过产奶,母体会逐渐消耗体内过剩的脂肪和营养,达到理想的体重水平。

2.奶粉可以替代母乳喂养:母乳是最适合宝宝的食物,其营养成分和免疫因子都是其他食物无法替代的。虽然奶粉可以模仿母乳的营养成分,但它无法完全替代母乳。

3.母乳喂养会让妈妈感觉疏远宝宝:事实上,恰恰相反,母乳喂养可以帮助建立更

亲密的亲子关系。宝宝与母亲的身体接触,以及吸吮带来的满足感,都是建立亲子关系的重要组成部分。

4.母乳喂养会使乳房变形:事实上,母乳喂养并不会导致乳房变形。反而,哺乳会刺激乳房周围的肌肉,帮助保持体形。

### 二、真相与科学依据

1.母乳喂养有助于免疫系统的建立:母乳中含有大量的免疫因子和抗体,有助于保护宝宝免受疾病侵袭。

2.母乳喂养有助于宝宝的消化和吸收:母乳中的营养成分最适合宝宝的消化系统,有利于营养吸收。

3.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

4.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

5.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

6.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

7.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

8.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

9.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

10.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

11.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

12.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

13.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

14.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

15.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

16.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

17.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

18.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

19.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

20.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

21.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

22.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

23.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

24.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

25.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

26.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

27.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

28.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

29.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

30.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

31.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

32.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

33.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

34.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

35.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

36.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

37.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

38.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

39.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

40.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

41.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

42.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

43.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

44.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

45.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

46.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

47.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

48.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

49.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

50.母乳喂养是最自然的喂养方式:母乳喂养是母爱最直接的表达,也是最自然的喂养方式。它不仅有利于宝宝的健康,还能帮助新妈妈建立自信和满足感。

时,新妈妈可能需要咨询医生以了解是否可以继续母乳喂养。同时,如果宝宝出现消化问题或过敏反应,新妈妈也需要咨询医生寻求专业建议。

### 三、如何正确进行母乳喂养

1.保持良好的心情:母乳喂养的成功需要新妈妈的积极性和信心。保持良好的心态,有助于更好地实现母乳喂养。

2.坚持频繁哺乳:频繁哺乳可以帮助宝宝获取足够的奶量,同时也能帮助新妈妈更好地了解宝宝的喂养需求。

3.保持乳房清洁:在哺乳前后,新妈妈要保持乳房清洁,避免感染。

4.配合宝宝的节奏:每个宝宝都有自己的节奏和习惯,新妈妈需要耐心地适应和配合宝宝的节奏。

5.使用正确的姿势:正确的母乳喂养姿势可以帮助宝宝更好地吸吮奶水,同时也减轻新妈妈的疲劳感。

### 四、特殊情况下的母乳喂养

在某些特殊情况下,如生病或服用药物

时,新妈妈可能需要咨询医生以了解是否可以继续母乳喂养。同时,如果宝宝出现消化问题或过敏反应,新妈妈也需要咨询医生寻求专业建议。

5.继发性肾病综合症的并发症:预防与应对

肾病综合症的并发症主要有:一、感染。与长期使用激素治疗,营养状态不佳,免疫功能低下有关。多见于呼吸道系统、泌尿系统及皮肤感染。二、血栓、栓塞。可能与血液浓缩、血脂升高、凝血功能障碍有关。可出现深静脉、下肢静脉、肺血管等部位的栓塞。三、急性肾损害。主要与血容量不足、肾脏灌注不足有关系。四、体内脂肪及蛋白质代谢异常。预防与应对的方法包括避免接触感染人群,平时可适当锻炼,增强体质,及时增添衣物,避免受凉、腹泻等因素,若蛋白明显降低,可输注白蛋白进行补充,必要时可输注免疫球蛋白。另外血栓栓塞也是肾病综合症的常见并发症,可应用低分子肝素、吗啡布芬、阿司匹林等进行预防。

(作者单位:河北省廊坊市广阳区妇幼保健院)

5.继发性肾病综合症的并发症:预防与应对

肾病综合症的并发症主要有:一、感染。与长期使用激素治疗,营养状态不佳,免疫功能低下有关。多见于呼吸道系统、泌尿系统及皮肤感染。二、血栓、栓塞。可能与血液浓缩、血脂升高、凝血功能障碍有关。可出现深静脉、下肢静脉、肺血管等部位的栓塞。三、急性肾损害。主要与血容量不足、肾脏灌注不足有关系。四、体内脂肪及蛋白质代谢异常。预防与应对的方法包括避免接触感染人群,平时可适当锻炼,增强体质,及时增添衣物,避免受凉、腹泻等因素,若蛋白明显降低,可输注白蛋白进行补充,必要时可输注免疫球蛋白。另外血栓栓塞也是肾病综合症的常见并发症,可应用低分子肝素、吗啡布芬、阿司匹林等进行预防。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

## 继发性肾病综合征的症状与治疗方法

□ 卢正凤

### 1.什么是肾病综合征?

当人体的肾小球过滤膜通透性增加之后,会有大量的血浆蛋白经过人体的尿液排出体外,这个时候患者就患上了肾病综合征,肾病综合征可能是原发性的,也可能是继发性的,除此之外遗传也可能导致肾病综合征。

### 2.什么是继发性肾病综合征?

继发性肾病综合征有一个