

## 浅谈儿童肾脏疾病对生长发育的影响

□ 张爱萍

肾脏作为人体的重要器官，具有排除体内代谢产物、调节体内水平衡、维持酸碱平衡等多种功能。儿童时期，肾脏的发育和功能对生长发育起着至关重要的作用。然而，儿童肾脏疾病的发生可能对其生长发育产生显著影响。本文将分条科普儿童肾脏疾病对生长发育的影响。

### 一、影响生长发育的肾脏疾病类型

1. 肾病综合征：这是儿童常见的肾脏疾病，主要表现为大量蛋白尿、低蛋白血症、水肿和高脂血症。由于蛋白质的大量流失，患儿可能出现营养不良，进而影响其生长发育。长期不治疗，还可能导致肾功能损伤，进一步加重生长迟缓的问题。

2. 遗传性肾病：如多囊肾等，这类疾病可能表现为血尿、蛋白尿、水肿等症状。虽然某些遗传性肾病可能不直接影响儿童的生长发育，

但长期肾脏负担加重，仍可能对生长发育产生不良影响。

3. 小儿糖尿病肾损害：糖尿病是儿童肾脏疾病的另一重要原因。糖尿病导致的肾脏损害如不及时治疗，可能引发肾功能不全，进而影响儿童的生长发育。

### 二、肾脏疾病影响生长发育的生理机制

1. 营养吸收障碍：肾脏疾病可能导致患儿对营养物质的吸收和利用能力下降，特别是蛋白质、维生素和矿物质的吸收不足，直接影响儿童的生长发育。

2. 激素水平失衡：肾脏疾病可能影响体内激素的分泌和代谢，如生长激素、甲状腺激素等，这些激素对儿童的生长发育具有至关重要的作用。

3. 慢性炎症状态：肾脏疾病常伴随慢性炎症状态，可能导致患儿长期处于疲劳、食欲

不振等状态，进一步影响其生长发育。

### 三、应对儿童肾脏疾病对生长发育的影响

1. 早期诊断与治疗：对于儿童肾脏疾病，早期诊断和及时治疗至关重要。通过尿常规、肾功能检查等手段，可以及时发现肾脏疾病，并采取相应的治疗措施，减轻对生长发育的影响。

2. 营养支持：对于肾脏疾病患儿，应根据其营养状况制定合理的饮食计划，保证足够的蛋白质、维生素和矿物质的摄入，以支持其生长发育。

3. 心理干预：肾脏疾病可能给患儿及其家庭带来心理压力，影响患儿的情绪和食欲。因此，心理干预也是治疗儿童肾脏疾病的重要手段之一，可以帮助患儿及家庭建立积极的心态，更好地应对疾病。

4. 定期随访与监测：对于患有肾脏疾病的儿童，应定期进行肾功能、生长发育等方面的随

访和监测，及时发现并处理可能出现的问题。

### 四、预防儿童肾脏疾病的发生

1. 合理饮食：避免过多摄入高盐、高脂、高糖等不健康食物，保持饮食均衡，有助于预防肾脏疾病的发生。

2. 规律作息：保证充足的睡眠和适当的运动，有助于维持肾脏的正常功能。

3. 定期体检：定期进行尿常规、肾功能等检查，有助于早期发现肾脏疾病，及时采取措施进行干预。

总之，儿童肾脏疾病对生长发育的影响不容忽视。通过早期诊断、及时治疗、营养支持和心理干预等综合措施，可以有效减轻肾脏疾病对生长发育的不良影响，帮助患儿健康成长。同时，家长和社会也应加强对儿童肾脏疾病的关注和预防，为儿童的健康成长创造良好的环境。（作者单位：四川省成都市妇女儿童中心医院）

## 深静脉血栓介入治疗的原理与注意事项

□ 孙庆贺

深静脉血栓介入治疗是一种利用现代影像技术指导下进行的技术，其原理是通过导管技术的使用，将溶栓药物直接注入深静脉，从而消除血栓，恢复血流，是一种重要的治疗深静脉血栓的方法。具体步骤包括置入导管至血栓部位、注入溶栓药物（如尿激酶、组织型纤溶酶原激活剂等）、观察并记录血栓的变化情况等。在实施介入治疗的过程中，需要注意以下几个方面：

### 一、原理

深静脉血栓介入治疗的原理是通过导管技术的使用，将溶栓药物直接注入深静脉，从而消除血栓，恢复血流。通过介入治疗，可以在影像技术的引导下，将导管精确地放置在目标静脉内，将溶栓药物直接注入血栓部位，利用药物的作用溶解血栓，疏通血管，恢复血流。这种治疗方法可以有效地缓解患者的症

状，改善患者的生活质量。

### 二、适应症和禁忌症

深静脉血栓介入治疗的适应症包括急性深静脉血栓形成、慢性深静脉血栓反复发作为等。禁忌症主要包括有活动性内出血的患者、有严重凝血障碍的患者、有明显血管损伤的患者等。在实施介入治疗前，医生会对患者进行全面的评估，确定是否适合进行介入治疗。

### 三、注意事项

1. 术前准备：在进行介入治疗前，患者需要进行一系列的检查，如血常规、凝血功能、心电图等，以评估患者的身体状况。同时，医生会与患者及家属沟通，告知治疗的风险和注意事项。

2. 术中配合：患者在治疗过程中需要密切配合医生的指示和操作，保持安静，不要随

意移动。

3. 观察病情变化：在治疗后，患者需要密切观察病情变化，如发现异常情况，应及时向医生咨询。

4. 术后康复：术后患者需要进行适当的康复训练，以促进身体的恢复。同时，医生会根据患者的具体情况，给予相应的饮食和药物建议。

5. 预防感染：深静脉血栓介入治疗过程中可能会涉及到感染的风险，因此患者需要注意个人卫生，避免交叉感染。

6. 定期复查：治疗后，患者需要定期进行复查，以评估治疗效果和监测病情变化。

在深静脉血栓介入治疗过程中，还有一些其他的注意事项：

1. 心理调适：患者需要调整好自己的心态，积极面对治疗，保持乐观的心态有助于身

体的康复。

2. 饮食调理：在治疗期间，患者需要注意饮食调理，以清淡、易消化的食物为主，避免辛辣刺激性食物。

3. 避免剧烈运动：治疗后，患者需要避免剧烈运动，以免影响治疗效果。

4. 遵守医嘱：患者需要按照医生的建议和嘱咐，按时服药、定期复查，以保障治疗效果。

总之，深静脉血栓介入治疗是一种重要的治疗方法，可以有效地缓解患者的症状，改善患者的生活质量。在实施介入治疗过程中，需要注意术前准备、术中配合、观察病情变化、术后康复、预防感染、定期复查等多个方面。患者需要遵守医嘱，积极配合治疗，并注意心理调适、饮食调理、避免剧烈运动等事项，以保障治疗效果。（作者单位：河北省沧州市人民医院）

## 抑郁症和抑郁情绪有何异同

□ 耿树森

抑郁症是一种常见的精神障碍，它不仅影响个体的情绪状态，还会对日常生活、工作和学习造成严重影响。在现实生活中，我们常常会遇到一些人说“我抑郁了”或“我emo了”，但这并不等同于抑郁症。那么，抑郁情绪和抑郁症有何异同呢？

首先，我们来了解一下抑郁情绪。抑郁情绪，又称为抑郁感，是指个体在面临生活压力、挫折或者不幸事件时产生的一种短暂的情绪低落状态。这是一种正常的情绪反应，是人的心理防线在面对压力时的一种自然表现。通常情况下，抑郁情绪具有以下特点：

1. 短暂性：抑郁情绪通常是暂时的，它会随着压力的消失或问题的解决而逐渐缓解。

2. 轻微性：抑郁情绪的程度通常较轻，不

会对个体的日常生活、工作和学习造成严重影响。

3. 自限性：抑郁情绪不需要特殊治疗，个体可以通过自我调适、休息、运动、倾诉等方式自行缓解。

而抑郁症，则是一种严重的精神健康问题，它超越了普通的情绪低落，成为一种持续的、严重的情绪障碍。抑郁症具有以下特点：

1. 持续性：抑郁症的抑郁情绪不是一时的，而是持续存在的，通常会持续至少两周。

2. 严重性：抑郁症的抑郁情绪程度较重，它会严重影响个体的日常生活、工作和学习，甚至可能导致自杀。

3. 干扰性：抑郁症会干扰个体的思维、情

感和行为，使患者难以正常应对生活。

4. 需要专业治疗：抑郁症不能自行缓解，需要通过心理咨询、药物治疗等专业的干预措施来治疗。

抑郁情绪和抑郁症之间的区别可以从以下几个方面概括：

1. 持续时间：抑郁情绪通常是短暂的，而抑郁症的抑郁情绪持续时间较长，不易消散。

2. 影响程度：抑郁情绪对生活的影响较小，而抑郁症会对个体的方方面面造成严重影响。

3. 自行缓解能力：抑郁情绪可以通过自我调适和其他非专业方法缓解，而抑郁症需要专业治疗才能缓解。

4. 生理症状：抑郁症可能伴随有食欲改

变、睡眠障碍、疲劳、集中注意力困难等生理症状，而抑郁情绪通常不伴随这些症状。

由于抑郁症的严重性，对于那些经历了持续的、严重的抑郁情绪的人来说，及时寻求专业帮助是非常重要的。抑郁症的治疗可以包括心理治疗、药物治疗、生活方式的改变等多种方法。在治疗过程中，家人和朋友的支持也是非常重要的。

总之，抑郁情绪和抑郁症虽然都与抑郁有关，但它们在持续时间、影响程度、自行缓解能力和治疗方法上存在显著差异。了解这些差异有助于我们更好地认识这两种状态，从而在遇到类似情绪问题时能够做出正确的判断和应对。（作者单位：河北省定州市精神病医院）

## 骨骼战士：骨骼健康的守护者

□ 范晓敏

在我们的身体中，骨骼起着至关重要的作用。它们不仅是身体的支撑结构，还参与了许多重要的生理过程，如矿物质代谢、肌肉收缩和神经传导等。然而，随着年龄的增长，骨骼往往会面临各种挑战和问题，如骨质疏松、骨折等。

### 一、骨骼战士的防御机制

1. 骨质保护因子：骨质保护因子包括维生素D、钙和磷等矿物质，它们通过维持骨骼的硬度来保护骨骼。维生素D有助于人体吸收钙和磷，这些营养物质对于骨骼健康至关重要。

2. 免疫细胞：骨骼战士包括T淋巴细胞、巨噬细胞和自然杀伤细胞(NK细胞)等免疫细胞。它们在维护骨骼健康方面发挥着至关

重要的作用。

### 二、影响骨骼战士的因素

1. 年龄：随着年龄的增长，骨质保护因子的浓度会下降，骨质也容易受到影响。此外，免疫细胞的活性也会随着年龄而减弱，这可能会影响其对骨骼的保护作用。

2. 营养：充足的营养摄入对于维持骨骼健康至关重要。维生素D、钙和磷等矿物质对于骨质保护因子的合成和活性至关重要。缺乏这些营养物质可能导致骨质流失和骨折的风险增加。

3. 药物副作用：某些药物，如糖皮质激素、抗癫痫药和某些抗抑郁药等，可能对免疫系统产生影响，从而影响骨质保护因子的浓度和骨质健康。

4. 生活方式：不良的生活习惯，如缺乏运动、吸烟、酗酒等，也可能对骨骼健康产生负面影响。

### 三、如何增强骨骼战士的战斗力

1. 均衡饮食：确保摄入充足的维生素D、钙和磷等矿物质。富含这些营养物质的食物包括牛奶、豆腐、鱼类、蔬菜和水果等。

2. 适当运动：运动有助于维持骨骼的硬度，减少骨折的风险。建议进行有氧运动（如散步、游泳和慢跑），同时增加负重训练（如举重）。

3. 保持充足的睡眠：睡眠有助于调节免疫系统的功能，增强骨质保护因子的合成和活性。

4. 戒烟限酒：戒烟和限制酒精摄入有助

于减少对免疫系统的损害，从而有利于维护骨骼健康。

5. 定期体检：定期进行骨密度检查和血液检查，有助于及早发现骨质疏松等骨骼问题。

6. 保持心理健康：心理健康与骨骼健康密切相关。积极的心态有助于维持免疫系统的正常功能，从而有利于骨骼健康。

总的来说，骨骼战士是我们自身的免疫系统，它在维护骨骼健康方面起着至关重要的作用。了解影响骨骼战士的因素并采取相应的措施，如均衡饮食、适当运动、保持充足的睡眠和戒烟限酒等，有助于增强骨骼战士的战斗力，从而保持我们的骨骼健康。定期体检和保持心理健康也是维护骨骼健康的重要一环。（作者单位：河北省张家口市宣化区人民医院）