

小心谨“肾” 守护生命通道

随着慢性肾脏病发病率不断升高，需要进行透析或移植的尿毒症患者数量逐年增加，给患者个人、家庭以及整个社会都带来了沉重负担。3月14日是第19个世界肾脏日，旨在提高全社会对慢性肾脏病的认识，并重视疾病的早发现早预防早治疗，让“肾”命更美好。

者和家属都深刻认识到早期建立内瘘的重要性。

专家提醒

武进人民医院肾脏内科副主任、主任医师唐卫刚介绍，慢性肾衰竭患者进展至尿毒症期时需行血液透析治疗，建立自体动静脉内瘘既能满足透析的流量要求，又安全易穿刺，是目前全世界公认的最佳血管通路方式，被称为血液透析患者的“生命线”。建议有长期透析需求的患者，只要血管条件良好、心功能允许，首选动静脉内瘘作为长期通路。

一般内瘘建立后需经过至少4周以上的成熟期后才可满足血透穿刺的需要，未成熟的内瘘静脉壁太薄，静脉过细，穿刺难度高，穿刺点不容易回缩止血，易导致大出血或因止血加压致瘘管堵塞。尿毒症患者随时可能出现心衰、高钾、尿毒症性脑病等多种严重并发症，需行紧急血液透析治疗，此时如果没有成熟的内瘘，就必须采用临时导管进行血透。临时导管费用高、使用周期短，给患者生活带来极大不便，还存在导管感染、脱落、出血及血栓形成等风险。建议慢性肾衰竭患者血肌酐大于500 $\mu\text{mol/L}$ 时就应提前建立自体动静脉内瘘，对于糖尿病肾



专家名片

唐卫刚 武进人民医院肾脏内科副主任、主任医师，南京大学硕士，从事肾内科工作20余年。江苏省预防接种异常反应鉴定专家库成员，常州市医学会肾脏病学分会青年委员，常州市血管通路协作组成员。擅长原发性肾炎、糖尿病肾病、狼疮性肾炎、肾病综合征、肾功能衰竭等疾病的诊治以及长期导管置入、动静脉内瘘等各种血管通路手术。对难治性肾脏病及复杂血管通路有丰富的临床经验。

专家门诊时间：周二上午（本部）；周一上午（南院）

典型病例

87岁的刘大爷20年前被明确诊断为慢性肾炎，7年前开始出现肾功能不全，多次查血肌酐波动于500~650 $\mu\text{mol/L}$ 之间，已达慢性肾脏病5期。其间医生多次建议其提前建立内瘘，但出于对手术及透析的抗拒，刘大爷均选择了拒绝。

去年年底，刘大爷再次住院，查血肌酐677.1 $\mu\text{mol/L}$ ，经多次沟通终于建立内瘘。术后5天患者胡言乱语，考虑尿毒症性脑病，需紧急进行血液透析治疗。由于患者内瘘建立时间过短，只能借助中心静脉置管行血液透析治疗。幸运的是，患者血管条件不错，内瘘血流量尚可，通过内瘘行血液透析治疗后症状明显缓解，患

病引起的慢性肾功能衰竭，由于患者水肿等症状较重，应更早建立动静脉内瘘及进入血透治疗阶段。

规律透析患者应注意避免过早穿刺及使用内瘘，内瘘侧手臂避免挂重物及受压，不可用内瘘侧肢体量血压、静脉输液等；每日2~3次自我检测内瘘有无震颤及血管杂音；透析结束后压迫止血的力量以不出血为标准，压迫时间15~20分钟，切忌用力过大；保持血压平稳，避免血压较大波动，保护好内瘘，以延长使用时间。

科室介绍

武进人民医院肾脏内科是常州市临床重点专科，成立于2003年，是集医疗、教学、科研、预防于一体的独立专业科室。2011年与法国汉斯大学附属中心医院合作成立“中法肾内科医学合作中心”，是江苏省及常州市质量控制优秀血液净化中心。

科室分为本部和南院两个病区，共有医护人员90名，其中肾病专业医师20余名。专科分为西医肾病、中医肾病、肾

脏病理、血管通路、血液净化和腹膜透析5个亚专业组。能对急慢性肾炎、肾病综合征、急慢性肾衰竭及糖尿病肾病、狼疮性肾炎等各种肾脏疾病进行检查诊治及西医、中医等治疗。

目前，科室能熟练开展临床肾活检穿刺术、中心静脉置管术、动静脉内瘘术、腹膜导管置入术及复杂动静脉内瘘的重建、取栓及扩张术等。血液净化中心共有透析床位80张，连续性体外血液净化治疗仪（CRRT）2台；常规开展各种血液净化技术，年治疗近8万人次。（武医宣）

武进援疆医疗专家 赴尼勒克县科蒙乡开展义诊

3月1日，在第25个全国“爱耳日”到来之际，江苏援伊·常州（武进）工作组医疗组联合伊犁州友谊医院专家、尼勒克县人民医院五官科医生前往科蒙乡卫生院开展“科技助听 共享美好生活”义诊活动，普及健康科学知识，提升各族群众守护自身健康的能力。

一大早，义诊现场就围满了前来咨询就诊的群众。义诊团队发挥各自专业特长，耐心地为一位位群众解答咨询。专家们给群众开展了白内障、中耳炎、耳鸣、耳聋等科普宣讲，为数十名群众提供了耳部和视力检查，并且为患有眼疾和耳疾的群众进行了免费治疗，让他们在“家门口”享受到了高水平的专业医疗服务。“找专家看了才知道我患了慢性中耳炎，专家帮我找到了病根还开了药。在‘家门口’就把病给看了，太幸福了。”耳朵断断续续不舒服好几个个月的高娃开心地说道。

活动现场，武进援疆医疗专家还为广大群众普及健康知识，讲解各类疾病的防治知识，并对咨询群众进行全面的健康检查，让他们清楚了解自己的健康状况、明确注意事项



及用药建议。同时，援疆专家还来到科蒙乡卫生院临床一线，与当地医生深入互动，结合具体病例进行现场指导，分享最新的医疗理念和前沿诊疗技术，提高当地医务人员的临床诊疗水平。

“此次义诊不仅帮助科蒙乡各族群众缓解了疾病困扰，也增强了他们的健康意识，做到了防治相结合，受到广大群众的热情欢迎。”武进援疆医疗组组长、尼勒克县人民医院副院长季建国表示，“为受援地各族群众的生命健康保驾护航，把健康的实惠带到各族群众身边，是援疆医疗团队的职责和使命所在。我们将一如既往地



开展义诊活动，深入各社区卫生服务中心、乡镇卫生院，将医疗服务送到农牧民家门口，让更多群众在‘家门口’就能享受到高水平的医疗服务。”

（记者 刘露）

一到春季就打喷嚏 国医大师推荐实用方



一到春天，很多人会出现打喷嚏、流鼻涕，导致眼痒、耳痒等情况，这些症状都与过敏性鼻炎有关。

过敏性鼻炎是发生在鼻腔黏膜的变态反应性疾病，分季节性和常年性，其典型症状是流清鼻涕、打喷嚏、鼻塞、鼻痒等。

春季空气中飘浮着大量花粉、尘螨，加之天气干燥，鼻

腔容易受到外来刺激物的影响，诱发过敏性鼻炎。

如何缓解过敏性鼻炎带来的困扰呢？国医大师王琦认为，日常生活中有一些小方法对付过敏性鼻炎既好用，又方便。

比如厨房的常见食材葱白和百合，就可以缓解“清涕滂沱”的症状。用葱白靠根部切3段，每段大约5厘米，百合30克，适量加些生姜、蒜和盐，煮水喝。

此外，还有一个效果很好的外用方，可取30克鹅不食草，放在一个可以密封的罐子里，用75%的酒精浸泡5天，每次往鼻孔里滴2~3滴即可。（人民网）

