

# 血肌酐增高是患了肾病吗

全媒体记者 胡海娟

小王是一名即将毕业的研究生,学习成绩优秀,业余时间酷爱健身,是一个名副其实的“肌肉达人”。但最近他在入职体检中发现血肌酐偏高,该体检中心血肌酐的参考值上限是92umol/L,而小王的血肌酐数值是98umol/L,他上网一查全是关于肾功能不全的结果,这让他忐忑不安,急忙到医院肾病专科问询。

医生看了小王的体检报告后,又详细询问了病史说:“你这个不一定是肾脏出了问题,不用太过担心。”听了医生的话,小王的心才放下了一半。

## 肌酐增高到底是怎么回事

据肾病科医生介绍,肌酐的来源可归纳为外源性和内源性两种,内源性肌酐是机体肌肉组织中肌酸的代谢产物,外源性肌酐主要由饮食中的动物骨骼肌代谢而来。血液中的肌酐多以游离形式存在,不与血浆蛋白结合,主要是通过肾脏随尿排出,此外还有少部分肌酐通过肠黏膜经粪便排出体外。

体检时发现血肌酐增高,可分为

生理性肌酐增高和病理性肌酐增高。生理性肌酐增高,常见于肌肉发达、做过剧烈运动的运动员。他们的肌酐可能略高一点,但是尿常规、尿蛋白定量等指标都是正常的,这样的肌酐数值增高通常是生理性的,一般不会造成损害,也会自行降低。

医生说,由于肌酐是肌肉代谢的产物,所以大量运动或大量吃肉都会导致肌酐增高,而肾脏的内生肌酐清除率是一定的,所以过多的肌酐无法全部排出,进入血液就会造成血肌酐升高。人体摄入大量肉食和蛋白质后的肌酐增高幅度一般较小,摄入2小时~4小时达到高峰,约12小时后恢复正常;剧烈活动后,肌肉大量分解发生血肌酐一过性增高。

病理性肌酐增高常见于肾小球肾炎、肾病综合征、慢性肾衰竭及糖尿病、高血压等疾病后期。疾病早期或者肾小球功能轻度受损,因其肾脏强大的代偿功能,肌酐一般正常或轻度增高。一旦肌酐开始增高后,表明肾脏功能受损已经比较严重,至少有超过50%的肾小球丧失功能。

那么,如何区别生理性肌酐增高和病理性肌酐增高呢?医生说,通常

依据受检者的年龄、既往病史、相关症状、既往健康状况、尿常规、血肌酐增高幅度和泌尿系超声等来综合判断。而且血肌酐不能充分反映早期或者轻度的肾功能下降情况。也就是说,肾病早期时通过肌酐是发现不了的,所以不能光凭肌酐数值来判断有没有肾病。如果肾病病情较轻,肌酐通常没有什么反应。当肾功能下降超过50%时,肌酐才会有较明显的升高。

## 发现肌酐升高怎么办

如果既往身体健康,偶尔一次体检出现肌酐轻微的增高,先不要紧张。肌酐数值微微增高可能是饮食、运动或药物等因素造成的轻微影响。可以隔几天后再做尿常规、肾功能和肾脏超声检查。如果这些检查都正常,那问题就不大。

但如果既往有肾病、高血压、糖尿病、痛风等慢性病,一旦出现肌酐增高就务必引起重视。而且要预防感冒,控制饮食、情绪、血压、血糖等因素,禁用肾毒性药物,不要因为无症状而忽视,一定要尽快前往肾内科就诊,系统管理好自己的慢性病。



## 市第二中医院开展送医送药义诊活动

本报讯 全媒体记者胡海娟报道 11月8日、9日,市第二中医院为助力城乡一体化示范区脱贫攻坚工作,专程到杏花营农场和稻乡乡开展送医送药义诊活动。

11月8日上午,市第二中医院派出由25人组成的5支医疗队在该院党委书记王永刚、院长万永杰的带领下,分赴杏花营农场赵坟社区、史砦社区、陇华社区、西网社区、汴河堤社区5个社区开展送医送药义诊活动,为群众发放药品,测量血压、血糖,现场诊治病情,针对部分患者的健康问题提出合理的治疗和保健方案,并深入贫困户和重疾患者家中送医送药。

“这个袋子里面有艾条和中药包,熏艾条可以杀菌消毒,中药包可以当茶饮,有扶正祛邪抗病毒的功效。”在汴河堤社区义诊活动现场,王永刚对一位前来领药的群众说。

“大娘,您的风湿病一定要坚持服药治疗,平时要注意关节部位的保护,不要受寒,防止出现风湿性关节炎。”在西网社区贫困户李大娘家中,万永杰看到患有风湿性关节炎的李大娘手的关节处已经变形肿胀,关切地说道。

当日,市第二中医院送医送药义诊活动现场十分火爆,有上百人次的居民在领药品、测量血压。大家纷纷表示,可以免费领药、看病,政府和医疗队真好。

11月9日上午,市第二中医院再次派出由20人组成的5支医疗队,由王永刚和副院长冯晓带队,分赴双河铺社区、陈坟社区、张湾社区、孙庄社区、杨桥社区、南北堤社区、回回寨社区、沙门社区、马庄社区等16个社区开展送医送药义诊活动,为群众发放药品,测量血压、血糖,现场诊



市第二中医院领导向村民送上有扶正驱邪抗病毒作用的中药。 王兆彦 摄

治病情,并进村入户为贫困户和重疾患者送医送药。

“您的血压有些高,平时一定要按时吃药,饮食注意清淡,少吃高油高盐的食物。”在双河铺社区义诊活动现场,该院神经内科主任王坤亮再三对前来诊治的张大爷叮嘱道。

“冬天天气干燥,我的身体本来就比较虚弱,容易感冒,真是谢谢市第二中医院及时为我们送来了抗病毒中药包,真是好。”在陈坟社区,重疾患者姜先生对该院企划部主任徐勇表示感谢。

据了解,此次活动持续两天,市第二中医院为600多名群众进行了义诊,为杏花营农场和稻乡乡的3000多户居民发放抗病毒药品3000余份。

## 河南大学神经疾病论坛——神经系统疾病诊疗进展学习班顺利开班

本报讯 全媒体记者胡海娟报道 11月8日,由河南大学神经疾病研究所、河大一附院神经内科共同举办的国家级继续教育项目河南大学神经疾病论坛——神经系统疾病诊疗进展学习班在河大一附院11号楼三楼会议室顺利开班,来自省内外相关专业的约200名专家通过线上和线下两种形式参加了学习。

据悉,此次邀请了北京医院神经内科教授苏闻,首都医科大学宣武医院教授马敬红,天津医科大学总医院教授朱晓冬,河南省人民医院教授韩雄、顾建军,郑州大学第一附属医院教授朱红灿、杨伟民、权涛,新乡医学院第三附属医院教授谭军、邢红霞、王家勤,河大一附院神经内科主任李晓晖、神经内科二病区主任医师陈文武等就脑血管病、癫痫、帕金森病等领域的诊疗进展作了专题讲座,参与学习的人员纷纷表示受益匪浅。

学习结束后,受邀而来的专家为提前预约的疑难症患者免费会诊,认真解答患者疑问,解决患者实际问题,受到患者一致好评。

## 普通感冒症状有哪些

全媒体记者 侯利平

又到了冬季,由于气温不断降低,温差加大,患感冒的人数也逐渐增多。在医院里,一些感冒患者会有这样的疑惑:自己这到底是普通感冒还是流感?对此,医生表示,普通感冒和流感是有区别的。

据介绍,普通感冒通常没有或只有很轻微的全身症状,主要以鼻部症状为主,如喷嚏、鼻塞、流鼻涕、咽痛等,不伴有或只伴有中低度的发烧或短时间的高热,多数无寒颤,整个病程持续时间为5天~7天。而流感的症状往往要重一些,儿童一旦患了流感,常表现为突然起病,大一些的孩子可表现出与成人相似的症状,主要为发热,且多为39℃~40℃的高热,伴寒颤,多持续3天~5天。除此之外,还有乏力、头痛、全身肌肉酸痛等全身中毒症状,少数还可伴有消化道的表现,如恶心、呕吐、腹泻等。而年龄小一些的孩子患了流感后症状往往没有那么明显,可能仅是表现为发热、咳嗽,整个病程为5天~10天。

医生提醒,无论是普通感冒还是流感,在这个季节都要积极地进行预防。比如平时要注意勤洗手、少到人流密集的地方、乘坐公共交通工具或到商场等人流密集的地方时应注意戴好口罩。另外,接种流感疫苗是预防流感的有效手段,尤其是老年人、儿童、孕妇、慢性病患者等高危人群,在流感季节到来前最好先接种流感疫苗,以增强自身抵抗力。