

得了肾病综合征，我们该怎么护理呢

董 薇

西昌市人民医院 四川西昌 615000

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 09-056-01

肾病综合征(NS)可由多种病因引起,以肾小球基膜通透性增加,表现为大量蛋白尿、低蛋白血症、高度水肿、高脂血症的一组临床症候群。对于患有肾病综合征的患者来说,良好的护理非常重要,可以促进康复和减轻症状的发展。本文将介绍一些关键的护理措施和注意事项。

一、认识肾病综合征

肾病综合征对患者的身体健康和生活质量产生重要影响。肾病综合征的病因包括遗传因素、免疫系统失调、炎症、代谢异常以及药物或毒物的作用等,最常见的病例是原发性肾小球疾病,例如膜性肾病和微小病变疾病。此外,某些系统性疾病,如系统性红斑狼疮和糖尿病,也可能引发肾病综合征。



肾病综合征的主要症状包括尿液中蛋白质含量增加(尿蛋白)、水肿(尤其是面部、眼睑和下肢水肿)以及高血压,其他可能出现的症状还包括乏力、食欲不振、腰痛和排尿异常等。为了确诊肾病综合征,通常需要进行以下检查:尿液分析,血液检查和肾活检。尿液分析可以检测尿蛋白的含量,血液检查可以评估肾脏的功能状态和损害程度,而肾活检则可以确定肾脏的损伤类型和严重程度。了解肾病综合征的定义、病因和症状,掌握相关的检查方法和治疗措施,有助于患者和家属更好地了解和应对这一疾病,并积极配合医生的治疗和护理措施。

二、如何护理肾病综合征

护理肾病综合征的目标是减轻症状、促进康复以及预防并发症的发生,为此,我们需要采取一些常见的护理措施和注意事项。首先是饮食管理。我们需要合理控制蛋白质摄入量,因为限制蛋白质摄入可以减轻肾脏的负担。另外,还要限制钠(盐)的摄入量,以减少水肿的发生。因此,应避免高盐食物,尽量选择低盐或无盐的食品。此外,控制磷酸盐摄入量也很重要,要限制高磷食物的摄入,如奶制品、豆类和咖啡等。其次是控制血压。我们需要使用适当的药物进行治疗,并按时服用。同时,定期测量血压,并记录血压变化,如果

血压升高,要及时告知医生。在日常生活中,遵循健康的生活方式也很重要,例如戒烟限酒、保持健康的体重和规律的锻炼。第三是控制尿蛋白。接受药物治疗是关键,例如肾素-血管紧张素系统抑制剂(ACEI)或血管紧张素II受体阻滞剂(ARB),这些可以减少尿蛋白的排泄。定期检查尿液蛋白含量,跟踪监测病情并调整治疗方案也很重要。第四,心理护理也不可忽视,我们需要提供情绪支持,帮助患者应对疾病和治疗的压力。积极寻找应对机制也很关键,例如参加支持小组、接受心理咨询等,保持良好的生活态度,积极面对疾病,并与医护人员保持良好的沟通也是心理护理的重要内容。第五,规律的医疗随访。我们需要定期复诊,遵循医生的检查和治疗计划。同时,定期进行血液和尿液检查,评估肾脏功能以及其他指标的变化,紧密配合医生的建议和治疗方案。及时向医生报告症状和问题也是必不可少的。最后,预防感染也是非常重要的。我们要保持良好的个人卫生习惯,包括经常洗手、保持身体清洁等,避免与患有传染病的人密切接触。在季节变化或气候寒冷时,要注意保暖,避免受凉。

三、护理效果评估及预后

护理效果评估和预后是评估肾病综合征治疗和护理效果的重要步骤。1. 临床症状评估是一种常见的方法。通过患者的主诉和体征来评估病情的变化,例如水肿、血压控制情况以及尿量等。对于减轻水肿、控制血压稳定等症状是否改善,也需要进行评估。2. 实验室检查是另一种常用的方法。通过定期监测肾功能指标(如血清肌酐、尿素氮等)来评估肾脏功能的变化。此外,尿液分析可以评估尿蛋白的减少程度,进而确定治疗和护理措施的有效性。3. 除了上述方法,影像学检查如B超和核磁共振也被用来评估肾脏结构和功能的变化,以判断肾脏损害的程度和进展情况。4. 此外,预后因素也需要考虑,其中病因和病变类型对预后具有明显影响,例如,原发性肾小球疾病的预后相对较好,而糖尿病肾病的预后相对较差。患者的病情严重程度和持续时间对预后也有影响,早期发现和治疗肾病综合征可以改善预后,而长期的慢性肾脏损伤可能导致肾功能持续下降,预后更为不乐观。患者的年龄和整体健康状况也是重要的因素,年轻、健康的患者通常有更好的预后,因为他们更能适应治疗和康复。最后,严重并发症和合并症如肾衰竭、心血管疾病等的存在会加重预后的不良。

总之,肾病综合征是一种复杂的疾病,需要综合性的治疗和良好的护理。通过正确且细致的护理措施,我们可以帮助患者减轻症状、改善生活质量,并促进康复。然而需要强调的是,每个患者的情况都不相同,因此在给予护理时需要个体化的考虑和处理,以确保最佳的护理效果。