

血液透析知多少?

记者 宋伟 刘晶

人工透析机的发明挽救了世界上无数肾衰竭病人的生命,随着医保覆盖、透析技术进步、并发症控制等因素,透析龄正在逐渐被延长,同时,透析患者的生活质量也越来越高。即便如此,大家对透析仍然存在许多疑问,为此,我们采访了延安市中医医院(北医三院延安分院)肾内科主任、医学博士、主任医师、北京专家解倩。

什么是血液透析?

解倩说,血液透析是治疗肾衰竭的一种方法。正常情况下,肾脏的主要功能就是过滤血液并去除新陈代谢废物及过多的水分,通过尿液的形式排出体外。当肾衰竭时,肾脏完全或几乎完全停止了工作,血液透析就用机器代替肾脏工作,大致过程就是血液被引出体外,通过透析机器进行过滤,随后再送回体内如此反复循环进行“清洗”。

血液透析适应症

一、终末期肾病:应对患者的症状、体征、代谢紊乱情况、容量状态、营养和药物干预期效果进行综合评估,决定透析开始时机。
二、无论临床症状如何,患者EGFR(肾小球滤过率)<6ml/min/1.73m²应开始

透析治疗。
三、高风险患者(如合并糖尿病),应适当提早开始透析治疗。
四、急性肾损伤。
五、中毒和药物过量。
六、其他溶血、代谢紊乱、严重水负荷过重、肝衰竭等,内外科治疗方式不能涉及或难以奏效者,可采用血液净化的方式治疗。

血液透析患者饮食指导

解倩说,维持性血液透析患者除了定期进行透析治疗外,饮食指导也是极其重要的,有些肾友这个不敢吃、那个不敢吃,结果导致营养不良;有些肾友饮食没有节制,又出现各种各样的并发症。因此,正确的饮食指导是提高肾友们生活质量的重要因素之一。本期,就着重跟大家聊聊CKD并发症家族中的一位“狠角色”——高钾血症,以及到底应该怎样吃。

什么是高钾血症?

解倩说,钾离子是人体维持正常生理机能的重要元素,血液中钾离子的浓度过高或过低都会直接影响心脏活动。正常情况下,人体会通过肾脏或肠道的排泄来

维持体内钾离子的含量稳定,正常血钾浓度为3.5~5.5mmol/L,当超出正常范围上限时,临床上称为高钾血症。大家都知道,肾功能衰竭的患者因排尿功能异常,尿量减少甚至无尿,钾离子排泄减少,容易导致体内钾离子蓄积。如果不进行饮食控制,常常会不知不觉地出现高血钾。这也是尿毒症患者常见的死亡原因之一。
高钾血症可以引起神经肌肉的症状,早期可以出现肢体感觉的异常麻木,极度疲乏,严重情况下可以出现吞咽困难、呼吸困难的;若侵犯到中枢神经系统还可以出现晕厥、神志不清等症状。最严重的还是对心血管系统的影响,患者可能会发生传导异常及心律失常:窦性心动过缓、室性心动过速、心室颤动,严重时引起心脏骤停。

预防高血钾,主要是饮食控制

解倩说,一般高钾患者无明显不适,往往是抽血化验时才发现,所以,定期监测电解质是极为必要的。主要表现为极度倦怠、肌肉无力甚至瘫痪、四肢麻痺、口唇发麻、腱反射消失,也可出现动作迟钝、嗜睡等中枢神经症状,甚至影响心肌导致心跳骤停等。
一是限制高钾食物,如各类菇类及菜

干、菠菜、空心菜、油菜、水果干、巧克力、香蕉、芒果、猕猴桃、橘子、草莓、菠菜、西兰花、马铃薯、番茄酱等。
二是每日水果按照标准量摄取,建议以低钾水果不超过1~2份为原则。水果的分量换算表:一份水果等于3片柚子,或荔枝5颗,或龙眼12颗,或枣子4颗,或樱桃9颗,或苹果1个,或水梨(中)1个,或水蜜桃(小)1个,以上水果选择2种即为半斤。建议按量限制食用,禁食所有果汁及含钾很高的液体饮料。
三是绿叶蔬菜含钾高,应该限量食用。并注意钾离子易溶于水,青菜洗干净后,切段泡水30分钟,换几次水,或者先焯过后弃掉菜汁再烹煮,减少50%以上钾的摄入量。冬天尽量不要吃火锅,也不要喝火锅汤底。
四是避免食用含钾的食用盐,如低钠盐。
五是尽量不吃含钾或升高血钾的药物。遵从医嘱透析,不要随意更改透析次数及透析时间。
六是常常运动,保持大便通畅。

聚焦 健康



延大附院妇女儿童分院门诊楼主体结构封顶

本报讯(通讯员 高军阳)10月29日,延大附院妇女儿童分院门诊楼主体结构封顶,这标志着延大附院“一体两翼”宏伟蓝图的顺利开展,更是该院建设省级区域医疗中心和高质量发展的重要历史节点,也是附院人新时代勇攀高峰、持续奋斗的重要表现。
白茫茫院长代表附院对参建各方的努力表示感谢。他说,门诊楼主体封顶是妇儿分院建设的重要里程碑,标志一个新院区即将建成,是一项艰巨光荣的任务,这段时间大家经历了无数次的研讨、多方协调会,从设计、环评开始,到测绘勘察、土方桩基,从消防、人防以及各项评价、检测到报建,最后到施工,整个过程、各个环节无论是项目办和参

建各方,还有院内的相关部门,大家都尽心尽力、尽职尽责,感谢大家的付出,更感谢一路上各级政府 and 部门的鼎力支持,帮助和理解。封顶既是阶段性成果,又是工程新的开始,希望项目办和参建各方以及院内相关部门继续努力,确保项目的高质量、高效率安全推进。
延安大学杨伟宏副校长代表延安大学对各参建单位的辛勤工作和付出表示由衷感谢。他说,妇女儿童分院项目是延安大学“十四五”重点项目,是附院高质量发展、医教研一体化发展的重点项目,也是一个惠及广大群众的民生工程,学校党政始终密切关注。今天门诊大楼顺利封顶,对附属医院党政领导班子提出表扬,希望在接下来的工作中继续保

持前一阶段的热情,精诚团结、精心作业,在安全质量上下功夫,在统筹协调上下功夫,把项目建设成延安的精品工程、优质工程、样板工程,并预祝附院妇儿项目早日落成。
妇女儿童分院项目位于延安大学萃园校区南地块西北侧,北临过境路,西临规划路,南临延大路。项目总建筑面积110495.83平方米,其中新建建筑面积61099平方米,改建建筑面积49654平方米。建筑内容主要包括门诊综合楼(含地下车库),康复保健综合楼、保障综合楼、气体中心、污水及垃圾处理站、地上机械停车楼。
妇女儿童分院将设置妇女儿童诊疗、基因检测、辅助生殖、医疗人才培

养、健康管理和高端康复医疗等八大功能板块和42个科室,致力于打造一所妇女儿童医学专科为主打、以综合临床学科为支撑的“大专科、强综合”高端国际现代化妇女儿童三甲医院。项目建成启用,能够扩大医疗资源供给、提高硬件运行能力、提高综合服务水平,解决延大附院现有的使用面积和使用空间严重不足、设施落后、功能不全、配套所需的空间设施不够等问题。随着配套设施的逐渐齐全,将大大提高妇幼保健方面的医疗救治能力和水平,充分发挥医院的诊疗特色,大大改善延安大学附属医院的就医环境,更好地满足我市广大妇幼患者的就医需求。

延大附院参研的“中国通心络治疗急性心肌梗死心肌保护研究”(CTS-AMI)在国际顶级医学期刊《JAMA》发布

本报讯(通讯员 周静 郭盼盼)近日,由延大附院参研,北京阜外医院杨跃进教授牵头,联合国内124家胸痛中心通过开展随机、双盲、安慰剂对照临床试验,历时5年共同完成的“中国通心络治疗急

性心肌梗死心肌保护研究”(CTS-AMI)在影响因子高达120.7分的世界级医学期刊《JAMA》(美国医学会杂志)发表,其成果为中药救治急性心梗开辟了新路径,同时将会对相关新指南产生深刻影响。

据悉,CTS-AMI研究是中医药临床研究中的里程碑式的重大突破,也是近百年来首个登上国际顶级的四大综合医学期刊(Lancet、NEJM、JAMA、BMJ)的中医药随机对照试验(RCT)。

延大附院高峰教授作为该研究分中心的负责人,带领团队医生积极规范地完成了38例急性心梗急诊PCI入组患者,完成的病例数量和质量在全国124家参研医院中排名第26位。



去骨减压 愈后更好

中国医科大学班允超教授成功救治两例重症颅脑外伤脑疝患者

本报讯(通讯员 高小娥)时间就是生命,这句话用来形容急性脑疝患者急救过程再合适不过,因该类患者发病突然且进展快,一旦脑疝形成,可直接危及生命,故医护人员的施救快一秒就能使患者多一分生的希望。近日,中国医科大学班允超教授凭借丰富的临床经验和精湛的技术,成功抢救两例重症颅脑外伤脑疝患者。
10月7日,30岁的王先生不慎在工地高处坠落,造成重症颅脑外伤、急性硬膜外血肿、脑挫裂伤、双侧硬膜外血肿、右额叶脑内血肿,入院时病人稍嗜睡,但可以唤醒问答正确。“当时患者这么大的血肿一般会立即手术,但贸然开颅风险很高,病人意识尚清醒,四肢活动和语言暂时都没有问题,所以先密切观察病情,

保守对症治疗。入院第二天复查核磁,发现患者右额叶脑内血肿明显增大,并出现一过性右侧瞳孔散大,这意味颅内压力已不可控,已是脑疝边缘,病人意识障碍加深,这种情况不能再等了,再不处理会有生命危险。”班教授回忆说。
考虑到患者病情危急,在与家属积极沟通后,由班允超教授主刀,张永兵主任医师为助手,紧急行“右侧硬膜外血肿清除+脑内血肿清除+去骨瓣减压术”,术中清除了大量硬膜外血肿及脑内血肿,对血肿周围健康脑组织保护好,手术持续了4个多小时,复查血肿清除满意,颅内压力回到正常范围。病人在神经外科重症监护室(NICU)经过两天的过渡,已经转回普通病房,接受进一步康复治疗。
9月1日,60岁的魏女士由于三轮车

车祸,导致重症颅脑外伤、急性硬膜下血肿、右颞叶脑挫裂伤、脑疝,病人既往有长期口服阿司匹林史。入院时患者中度昏迷,由于长期服用阿司匹林抗血小板治疗,会导致术中出血难以控制,术后再次出血风险很高,手术风险极大。患者命悬一线,家属恳求治疗,张永兵主任医师提出立刻开颅去骨减压术以对抗阿司匹林,同时积极协调手术室准备急诊开颅手术治疗。经过手术团队6个小时的连续奋战,患者生命体征逐渐稳定。随后安全返回神经外科监护室进一步监护治疗,术后两天,患者神志逐渐恢复。出院时,患者及家属为表示感谢,特地送来一面写有“医术精湛医德高 精心尽意为患者”的锦旗。
班允超教授介绍,这两例患者的颅

骨都是必须去掉的,对于脑疝和广泛的脑挫裂伤,颅内压力极高的病人,去掉颅骨减压都是必要的。因为密闭的颅腔空间有限,随着原发的出血占据了颅内的空间,脑组织的继发水肿逐渐加重会更进一步使颅内压力上升,直至出现脑疝危及生命。清除血肿之后去除骨瓣减压,是为了最大程度增加颅腔的代偿空间,使颅内压力可以向外释放,避免脑疝形成,从而使患者度过最危急的脑水肿高峰期。患者在去骨瓣减压之后,如果颅内压情况能逐渐稳定,患者也逐渐恢复,可以进行二期的颅骨修补,重塑颅腔完整性,进一步保护患者的脑组织和神经功能。所以对于脑疝的病人,去骨瓣是有意义的,第一是挽救生命,第二是患者后续痊愈后会更好。

时隔八年又重逢 续写千里帮扶情

——中国医科大学专家赵广翎延安帮扶侧记

通讯员 王燕

金秋十月,红叶烂漫,延安市人民医院手术麻醉科迎来了一位8年未见的良师——中国医科大学附属盛京医院麻醉二科赵广翎教授。此次故地重游,让赵广翎教授感慨万千,对于延安市人民医院,他有着特殊的感情:
2015年11月5日,在中国医科大学的大力支持下,赵广翎教授来到延安市人民医院手术麻醉科进行了为期三个月

的业务帮扶。记得当时超声可视化技术在我市还没有大面积开展,科室医生对于超声技术还比较陌生,赵教授为大家带来了先进的技术和理念,他从超声设备讲起,其间还讲授了解剖等相关知识,他平易近人的性格让大家向他请教了很多临床知识,提高了麻醉医生的临床技能。他渊博的学识、谦逊的态度都给大家留下深刻印象。

8年后,赵教授随中国医科大学专家团队故地重游,在短短两天的时间里,为手术麻醉科进行了两场学术讲座及座谈研讨,向科室医护人员介绍了前沿的《脊柱超声》相关知识,也讲解了基础的《机械通气》相关知识。除了理论授课外,赵教授还和手术麻醉科苏鸿莉副主任一同参与了普外科一病区的两例疑难危重患者的会诊和手术。

赵广翎教授用实际行动诠释了跨越千里的深厚情谊。从他身上手术麻醉科医护人员不仅学到了麻醉的知识,更学到了一位医者对待患者认真严谨的态度,学到了一位医者不断努力,提高自身业务水平的求学精神。市人民医院手术麻醉科同仁表示,将不负教授期待,不断学习前沿知识,努力提高麻醉专业技能,进一步促进麻醉工作的质量与安全。



“闫咏梅传承工作室”落户市中医医院

本报讯(通讯员 孙星辉 郭晓贤)近日,陕西中医药大学附属医院与延安市中医医院(北京大学第三医院延安分院)签约并授牌,“全国名老中医药专家闫咏梅传承工作室”落户延安市中医医院,将进一步推动优质中医药医疗资源下沉和工作重心下移。
闫咏梅教授,岐黄学者,享受国务院特殊津贴专家,主任医师,博士生导师,陕西中医药大学附属医院脑病医院院长,第六批全国老中医学术经验继承导师,陕西省名中医,陕西省高等学校教学名师,国家中管局高水平重点学科带头人,国家临床重点专科负责人。
“全国名老中医药专家闫咏梅传承工作室”落户该院标志着医院发扬闫咏梅学术思想,传承临床经验工作正式启动,对于医院脑病科发展具有“里程碑”意义。该院将依托科室闫咏梅名老中医药传承工作室,传承名老中医学术经验和名药良方,协同医院中医诊疗中心治疗优势,传承名老中医学术精髓。通过传帮带让更多的名医学术思想得到推广使用,进一步提升脑病中医临床诊疗水平和相关科研能力,不断提升医院的中医药服务能力,助推医院高质量发展,让更多百姓成为中医药优质医疗服务的受益者。

情暖老兵 守护健康

本报讯(通讯员 张妮)退役军人张林祥在出院时对博爱医院的医护人员说:“我在住院期间受到了医生与护士无微不至的关怀,优先享受了各项医疗服务,出院的时候还减免了一部分费用,减轻了我的经济负担,确实做得挺到位,非常感谢医院。”
为发扬拥军优属拥政爱民优良传统,推动双拥工作蓬勃发展,近日,延安市博爱医院眼科、内窥镜室为退役军人、军人军属和其他优抚对象免费开展“白内障、翼状胬肉手术”“胃肠镜检查(药品费用自理)”项目。退役军人张林祥就享受到了这一优惠政策。

许多退役军人及其他优抚对象因为年龄的原因,视力与胃肠道方面的疾病逐渐增多,这给他们造成了一定的生活负担,此次公益活动的开展能很好地帮助他们重获清晰视界、拥抱健康肠胃。据了解,2023年6月,延安市博爱医院与延安市退役军人事务局签订了合作协议后,博爱医院积极串联“医、康、养”优质资源,不断拓宽优惠范围、加大优惠力度,依托自身医疗资源的优势,开设优待项目,如免挂号费、就诊“六优先”、开通“绿色通道”、优先享受医疗服务、一对一专人陪同检查住院和开设具体减免政策等。
博爱医院党总支书记、院长呼延小川表示,退伍军人是国家的脊梁,是社会的楷模。医院各项医疗优待政策的实施,让他们能在退休后更好地保障自身健康,过上幸福的晚年生活。医院作为延安市首家“双拥共建”及“退役军人健康服务”示范单位,未来将会推出更多退役军人医疗保障项目,让他们实实在在享受到优待政策。

康复路上 你我同行

本报讯(通讯员 古军涛)近日,宝塔区残联、区文联、区社会事业保险经办中心为新东康复医院的患儿送来了一些书画作品和书包、文具盒。此次活动提高了社会各界对残疾儿童的关注和支持。

延安新东康复医院儿童康复科和康复部的孩子们在康复治疗师的带领下,为社会各界爱心人士带来了精彩的舞蹈和手部操等文艺节目,不仅展示了他们的才能和潜力,还可以促进社会化融合、增强团队合作精神、提高自信心和表达能力。
延安新东康复医院院长表示,医院将在扶贫济困、扶残助残等促进社会文明进步的活动中,利用自身医疗资源优势,坚持“患者至上,生命至上”为宗旨,秉承“康复一人,幸福一家”的服务理念,努力把新东康复医院建成政府放心、群众信赖、省内知名、市内一流的现代康复专科医院。
呼吁社会各界人士关注、关爱特殊儿童群体。

乳腺筛查护健康

乳腺癌是严重威胁我国女性健康的恶性肿瘤之一。近年来,我国乳腺癌发病率逐年上升,发病高峰年龄段在45~55岁,早于西方发达国家。女性得了乳腺癌,不仅对自身的身心健康带来巨大伤害,对家庭也会造成较大的负担。
早期乳腺癌无明显症状或体征,不易引起广大女性重视,从而延误早诊早治的时机。通过乳腺癌筛查,可以发现乳腺癌前病变及早期无症状乳腺癌,给予及时诊断和治疗,从而降低乳腺癌引起的死亡,提高生存质量。
适龄女性应定期进行乳腺癌筛查。常见的筛查方法主要包括乳腺临床检查、乳腺彩超检查、乳腺X线检查,三种检查方法既可联合使用,又可相互作为补充。
筛查结果异常者应听从医生建议到正规医疗机构进一步检查,明确是否患有乳腺癌,及时治疗;筛查结果为阴性,也应根据专业医生建议的筛查间隔时间定期进行下次乳腺癌筛查。
调整生活方式,远离乳腺癌发病相关的高危行为:
1.建立良好的生活方式:养成良好的饮食习惯、注意营养均衡,坚持体育锻炼,避免和减少精神、心理紧张等因素,保持心情舒畅;2.积极治疗不典型增生等乳腺疾病;3.不擅自使用外源性性激素;4.不长期过量饮酒;5.提倡母乳喂养等。
以下是乳腺癌典型症状及体征表现,女性朋友一定要密切关注:
无痛性肿块:是乳腺癌最常见的症状,多为单发,质硬,边缘不规则,表面欠光滑。
乳头溢液:单侧单孔的血性溢液,常不伴乳腺肿块。
皮肤改变:局部皮肤凹陷出现“酒窝征”,是早期征象;如出现“橘皮样”等改变,是晚期征象。
乳头乳晕改变:乳晕湿疹样改变是“湿疹样乳腺癌”的表现,常是早期征象,而乳头凹陷是中晚期征象。
其他:如腋窝淋巴结肿大等。

