

当心药物伤害肾,别累坏了你的肾! (上)

肾脏作为身体的“排毒”器官,与“食”关系密切。当肾脏受到损伤的时候,尤其需要注意饮食。

成年人中慢性肾病发生率在人群中超过了10%,慢性肾炎成了最常见的病因。中国科学院院士、南方医院肾内科主任侯凡凡日前在接受记者采访时表示,怎样让慢性肾病患者安享生活,对于患者和医生来说都是一个十分重要的话题。

患者要积极应对疾病,不要做被动的疾病受害者,而是主动接受疾病管理,和疾病斗争,这样才能在生理上心理上都能安享生活、改善生活质量回归社会。医生也要加强沟通,让患者了解疾病的知识,更有效地完成疾病的管理和治疗。

慢性病患者 如何减少药物肾伤害

提醒,肝肾是很多药物排泄和代谢的主要器官,肾脏也是很容易被药

物损伤的主要靶器官。所以特别提醒说,患有多种慢性病基础病的中老年人不要随便吃药,尤其是本身就肾功能不好甚至有慢性肾脏病的,“要最大程度避免药物造成肾伤害,就不能随便听信偏方和‘朋友介绍’随意吃药,随意到药店买药吃。一定要听专业医生的医嘱来用药。”临床中,有不少患者,到医院治疗时,已经拖成严重肾病,比如尿毒症,甚至肾衰竭,有的就是因为听信偏方,自行服药,延误治疗。

同时建议,患者服药过程,应该对剂量和身体状况有所评估,要及时与医生保持沟通。有的患者认为,看了一次医生,吃几次药,慢性病就会好了,这也是个误区。“比如夏天如果大量出汗,几乎脱水,这时一些平时服用的药物也会对身体造成伤害。所以应该及时和医生联系。也就是说,慢性病患者定期随访是很重要的,一定要有长期和疾病共存、作斗争的心理建设,不能寄希望于看一次医生开一次

药,就能把病看好。”

目前不少医院通过APP、互联网医院等方式增加患者与医生沟通的可达性,慢性病患者应当主动接受管理和随访,身体状况有任何改变的时候,都要注意和医生沟通调整用药方案。

一味高蛋白饮食 可能累坏“清道夫”

肾脏作为身体的“排毒”器官,与“食”关系密切。当肾脏受到损伤的时候,尤其需要注意饮食。医院肾内科专家呼吁,关注肾脏健康,合理控制慢性肾脏病,从日常饮食做起。

慢性肾脏病患者饮食要求之一:优质低蛋白饮食。

未完下期待续。文章来源于网络。文章版权归原作者所有 内容为作者个人观点 本站只提供参考并不构成任何投资及应用建议。



朱新生 ZHU ORTHODONTICS
Xinsheng Zhu, DDS, PhD
牙科矫正 专家
703-786-1909
(亦可接受短信)免费咨询
儿童及成人牙齿矫正
采用 金属托槽(metal brackets)
透明托槽(clear bracket)
隐形牙套(Invisalign)
接受多种正牙保险和分期付款
多年牙齿矫正经验
Invisalign certified
服务大华府地区 两个方便地点
Dumfries 诊所 Chantilly 诊所
17606 Main St., Ste.200 Dumfries, VA 22026 (Woodbridge, Quantico Marine Base 附近) Tel: 703-445-1999
14149A Robert Paris Ct Chantilly, VA 20151 (好运来, Chantilly 高中附近) Tel: 703-657-0555

3-088 **Ellicott City, EZ Dental**
施庆宏 牙医诊所 周末门诊
DMD, MS
*波士顿大学牙科博士
*德州大学 San Antonio 牙科学院牙科诊断硕士
*美国牙科协会会员
*20年牙科临床经验
*上海口外主治医生、讲师
主治
*成人小孩牙齿保健
*补牙拔牙
*根管治疗
*牙冠牙桥
*各类假牙
*牙科急诊
特点
*全新设备
*严格消毒
*精心诊治
*自费优惠
*接受多种保险
*免费咨询
Columbia Rd. Dorsey Hall Rt. 29
108
443-546-3403
4785 Dorsey Hall Dr. #120, Ellicott City, MD 21042
EZDentalMD@gmail.com

眼科医生 殷丹 Dan Yin, M.D.
(301)770-2020
(Mon-Sat. 急诊24HRS)
6333 Executive Blvd, Rockville, MD
www.washingtoneyeconsultants.com
*纽约医学院M.D.
*著名的 New York Eye and Ear infirmery 住院医生
*美国眼科专家文凭
*Holy Cross Hospital 眼科主任医生
一流医院, 一流医术, 一流设备, 一流医护
●无刀激光白内障手术
●近视, 远视, 和散光激光矫正及人工晶体植入
●青光眼, 视网膜疾病, 眼睛发炎, 干涩, 眼睑疾病, 角膜损伤
●糖尿病和高血压眼底检查
●眼皮下垂修复和眼部美容(包括注射美容填料)
●定制和验配普通/隐形眼镜
3-089

罗迅妍 疼痛康复科
Joan Luo M.D. Board Certified Physical Medicine & Rehabilitation
●福建医科大学毕业
●纽约州立大学研究生
●国家卫生总署 Fellow
●国家康复医院住院医生
●宾州大学附属医院住院医生
Maryland Neurological Institute 及 Ann Arundel Medical Center 主治医生
主治 脊椎、神经、关节及肌肉疼痛、车祸、工伤、运动跌打、损伤、头痛及中风后遗症、神经肌电诊断、各种封闭注射、针灸理疗
接受各种医疗保险及车祸工伤保险
预约电话: 301-987-8988 703-738-6127
马州 8943 Shady Grove Court, Gaithersburg, MD 20877 355 和 270-8 号出口
维州 3601 D Chain Bridge Road, Fairfax, VA 22030 3-032

裴万征 妇产科
Richard Wanzheng Pei, MD, PhD
703-698-9668
starcareobgyn.com
聚有十多年临床经验
诊所手术
○子宫内腺清除术:根治经血过多
○子宫镜结扎输卵管,不须开刀
○松弛阴道收紧术,改善性功能
○痔疮切除、乳房肿物切除
○药物去除静脉曲张和蜘蛛痔
○微创腹腔镜手术:子宫及子宫肌瘤切除,不须开刀
○妇科泌尿:治疗尿失禁、及非感染性尿急和夜尿增多
○盆腔整形手术:修复子宫下垂、膀胱脱出、阴道松弛
●自费优惠
○产前检查,高危妊娠护理,无痛分娩、接生
○妇科年检,各种妇科疑难病症
○不孕症查治,人工受孕,再接通结扎后的输卵管
○设有最先进 3D 彩色 B 超:检查胎儿和妇科
Fairfax Hospital Office:3301 Woodburn Rd, Suite 102, Annandale, VA 22003 Next to Inova Fairfax Hospital Tel: 703.698.9668
Herndon Office:106 Elden St, Suite 13, Herndon, VA 20170 Close to Reston Hospital Tel: 703.432.2433 3-049

MOCH 血液, 肿瘤专科门诊
Montgomery Oncology Care and Hematology
●美国临床肿瘤学会会员
●Suburban Hospital, Shady Grove Adventist Hospital 专科主治医师
●美国国立肿瘤研究院 (NCI) 与心、肺、血液研究院 (NHLBI) 血液与肿瘤专科 Fellow
●哥伦比亚大学医学院附属圣文森特医疗中心内科住院医师
3-073
主治 乳癌, 肺癌, 大肠癌, 胃癌, 肝癌, 胰腺癌, 头颈肿瘤, 肾癌, 前列腺癌, 膀胱癌, 宫颈癌, 卵巢癌, 淋巴瘤, 骨髓瘤 等各种癌症及各种血液病
王冬梅 医师
DongMei Wang, M.
预约电话 (301) 424-9723 (301) 337-8116
地址: 9715 Medical Center Drive, Suite 531, Rockville, MD 20850
位于 Shady Grove 医院急诊室右侧的门诊楼内, Metro 及 66,40,43 号公车可达

樊薇 Wei Fan MD 内科医师
主治各种内科急慢性疾病、外科、妇科、皮肤科常见疾病,健康体检、预防接种、肿瘤普查、妇科年检。
具有多年临床经验,认真负责,耐心周到,个体化精细诊疗。
接受各种保险及自费,全面接受新病人
●美国内科学会专科文凭
●美国内科学会会员
●Shady Grove Hospital 主治医师
●Hackensack UMC Mountainside Hospital 内科住院医师
预约电话: 240-690-4114 或 301-299-3039 3-115
地址: 2401 Research Blvd Suite 370, Rockville MD 20850

精神心理专科
郑三君 医师
Jimmy S. Chen M.D. Ph.D.
Board Certified Psychiatrist
★美国康乃迪克大学神经内分泌学博士
★哈佛医学院附属麻省总院和儿童医院研究员
★天普大学附属达拉威精神疾病中心总住院医师
主治 忧郁症、焦虑症、躁狂症、情感障碍、精神创伤后综合症、恐惧噩梦精神分裂症、强迫症、厌食、失眠、儿童行为障碍、多动症、性功能障碍、老年痴呆症。各种精神、心理和行为疗法,最安全、有效、先进药物疗法。
公民入籍英文免试证明 司法协助
3-022
Tel:240-498-4509;240-888-0403;301-740-2680;接受多种医疗保险和自费
Fax:301-560-4924 Email jimmychen1988@hotmail.com
18502 Office Park Drive Montgomery Village, MD 20886, Gaithersburg (270 Exit11)