

肾病综合症的诊断和治疗

肾病综合症是指一系列的症和体征,它与各种肾脏疾病有关,也与某些其它疾病有关,例如糖尿病和系统性红斑狼疮,多发性骨髓瘤,以及局灶性肾小球硬化症以及膜性肾病等。其主要临床表现为明显的蛋白尿,低蛋白血症,肢体水肿以及高胆固醇血症等。有时也有血栓发生。

肾病综合症的主要原因是肾脏的基本单位——肾小球受到破坏,以至于蛋白外漏所致。在儿童,常见的原因是微小病变性肾病。在成人患者中,有大约30%有全身性的病因,如糖尿病,系统性红斑狼疮,多发性骨髓瘤,以及淀粉样病等。其它病因还包括局灶性肾小球硬化

症以及膜性肾病等。

(一)临床表现和诊断:

常见的临床症状和体征有水肿,包括腿脚水肿和眼皮水肿。其它还有营养不良,肾衰,血栓形成和感染。实验室检查包括血液和尿液检查,包括血常规,电解质水平,肾功能,肝功能,血液胆固醇水平等。尿液检查主要目的是发现蛋白尿(每天大于3.5克)。最后明确诊断需要进行肾脏穿刺活检。

(二)治疗:

首先要治疗导致肾病综合症的全身性疾病,如糖尿病,系统性红斑狼疮,多发性骨髓瘤,淀粉样病等。其后要根据不同的具体疾病采

取不同的治疗措施,对于局灶性肾小球硬化症以及膜性肾病等肾脏疾病常采用激素治疗。还有一类常用的药物称为ACE抑制剂,它原先是用来治疗高血压,后来发现此药可减轻蛋白尿。严重地患者还需要一类细胞毒性药物的治疗,但是所有的治疗方案都需要与医师仔细讨论后方可进行。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话:240-404-6423;欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址:604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。



隋爱平医师
乔治城大学医学院
家庭医学科临床助理教授

每天吃玉米,女子肝癌离世,医生:玉米这样吃,铁打的肝也受不了

王姐,今年才38岁就患上了肝癌,这还不到半年时间就走了,村里认识她的人都很惊讶,毕竟她才这么年轻……村委会的人专程上她家了解情况,原来王姐家里并不富裕,收来的好玉米能卖的都卖了,但不可避免仍会有一些剩余,在储存的过程中有些玉米会发霉,发霉了的玉米王姐还心疼舍不得扔,一般都会削掉或清洗掉发霉的部分后留下来自己吃,长此以往……医生推测,王姐的肝癌可能与她这样的饮食习惯有一定联系。

发霉的玉米为何不能吃

玉米霉变后会被霉菌代谢产物——大量霉菌毒素污染,如黄曲霉毒素、伏马菌素、玉米赤霉烯酮、呕吐毒素、T-2毒素、烟曲霉毒素、赭曲霉毒素等。笔者简单介绍一下排名前三位毒素的危害:

1)伏马菌素:伏马菌素是一组结构相关

的双酯类化合物,主要由串珠镰刀菌和多育镰刀菌产生,广泛存在于世界范围的玉米及其制品中,对人类健康和畜牧业发展构成潜在威胁。有动物实验证明:伏马菌素对肝脏有损害作用,对大鼠主要表现为会造成肝硬化、胆管增生、结节增生、肝胆管肿瘤和肝细胞肿瘤等,死亡率达100%。

2)黄曲霉毒素:被伏马菌素污染的粮食常常伴有另外一种非常重要的霉菌毒素,即黄曲霉毒素。巴西检出黄曲霉毒素的玉米样品中,伏马菌素的检出率为100%。我国的相关研究也证实了黄曲霉毒素和伏马菌素的共同存在。大量研究证实,粮食受到黄曲霉毒素污染严重的地区,人群肝癌发病率高。

3)玉米赤霉烯酮:2017年10月27日,世界卫生组织国际癌症研究机构公布的致癌物清单显示,玉米赤霉烯酮属于3级致癌

物。玉米赤霉烯酮,又名F-2毒素,是一类结构相似的二羟基苯酸内酯化合物,主要由禾谷镰刀菌、黄色镰刀菌、木贼镰刀菌等镰刀菌属真菌产生。有研究表明,玉米赤霉烯酮具有类雌激素作用,它除了对繁殖机能造成影响外,还具有肝毒性、肾毒性、免疫毒性、细胞毒性和遗传毒性,对于肿瘤的发生也有一定影响。生活中如何预防潜伏在玉米中的危险分子?

如何规避食物中的危险分子以预防肝癌,需注意以下三点:

1)不吃发黑、发苦的玉米:霉变的食物一般都有苦味。虽然并不是所有的霉菌都能产生黄曲霉毒素、伏马菌素或者玉米赤霉烯酮,但食物一旦变苦就会存在很大的食品安全风险。

2)不吃发黏的鲜玉米:鲜玉米从采摘到终端销售,时间虽然较短,但是这段时间气

温往往比较高,可为细菌等微生物的大量繁殖提供可能性。最直观的现象就是,早上煮好的玉米放在厨房,傍晚吃就可能发酸、发黏了,这正是由于细菌大量繁殖产生的酸性物质造成的,同时也会产生有害物质,还有细菌内毒素等,食用此类玉米也易引起人中毒。

3)养成良好的购物习惯,少买勤买:玉米买多了屯在家里容易发生霉变,大多数人节俭的习惯又做不到“断舍离”,总觉得洗洗煮煮还能吃。可正是这样不恰当的生活方式,为自己的身体健康留下了隐患。

结语

良好的生活习惯有助于保持身体健康,虽然提倡勤俭节约,但应注意的是,在保证食品安全的前提下勤俭节约才有意义,发霉变质食物不舍得扔这不是勤俭节约,而是慢性自杀。

蔬菜水冲奶粉可致婴儿中毒? 究竟如何正确为婴儿冲泡奶粉呢?

近日,一个关于“用蔬菜水冲奶致婴儿中毒”的新闻登上热搜。

媒体报道,一个月内成都市妇女儿童中心医院收治了两名新生儿,原因都是家属觉得奶粉会“上火”,用熬煮的蔬菜水为婴儿冲奶,结果导致婴儿全身呈现青紫色,并出现缺氧的情况。

为什么喝了蔬菜水冲的奶粉竟然需要抢救,这是真的吗?到底应该如何冲泡奶粉呢?

蔬菜水冲奶粉为什么会中毒?

我们平时食用的一些食物,会含有硝酸盐或者亚硝酸盐,尤其是蔬菜类,是人体摄入硝酸盐的主要来源。比如常见的蔬菜如菠菜、苋菜、甜菜根、白萝卜、生菜等往往含有较多的硝酸盐。

这些食物煮熟后放置时间过久或者腌制后,在硝酸盐还原菌的作用下,其中的硝酸盐会被还原成亚硝酸盐。

亚硝酸盐少量摄入也不要紧,机体有能力代谢排出,但摄入的过多则会出现亚硝酸盐中毒。这是因为过量的亚硝酸盐会使血红蛋白氧化成高铁血红蛋白,造成红细胞结合和运输氧气的的能力下降,因此就会出现身体组织的缺氧,轻者会出现皮肤黏膜青紫,以口唇、口周、甲床明显,重者会出现呼吸急促、恶心、呕吐、嗜睡,甚至出现昏迷、呼吸衰竭而危及生命。

一般人吃了硝酸盐或亚硝酸盐含量高的食物不至于出现严重反应,但婴儿,特别是6个月以下的小婴儿,消化系统和高铁血红蛋白还原酶系统尚不成熟,对亚硝酸盐最为敏感,可能发生“蓝婴综合征”。

患病婴儿全身呈紫蓝色,严重时可能会导致器官缺氧受损、智力低下、运动障碍等后遗症。早在2008年就有类似报道,香港有一名八九个月大的婴儿因家长给其喂的苋菜粥硝酸盐含量很高,在体内产生了大量亚

硝酸盐,出现了蓝婴综合征。

因此,用蔬菜水冲奶粉是不可取的。如果用蔬菜给婴儿制作辅食,也要现吃现做,避免过量的亚硝酸盐使婴儿中毒。

如何正确为婴儿冲泡奶粉

01 水与奶粉的比例

冲调奶粉时,要注意水与奶粉的比例,冲调过稀容易导致婴儿营养不足,冲调过稠容易给婴儿带来过多的代谢负担。一般来说,冲调的比例为30毫升-40毫升水加一平勺的奶粉。

不同品牌的奶粉,冲调的比例略有不同。在冲泡奶粉之前,一定要仔细阅读奶粉外包装袋上的说明书,按照说明书要求的方法来冲泡奶粉。

在量取奶粉的时候要用奶粉桶里配备的专用的平勺,不能用其他品牌奶粉的勺子。

02 水的温度

水温要适宜,不要过烫。应该选择将水烧开后,放置至温度适宜后再冲泡奶粉。一般在40摄氏度左右为宜。

03 调制次序

应先加水再加奶粉。

先加水一方面可以更好的掌握水温,过凉或者过热都能随时调整;二是能精确的掌握奶粉的浓度,避免冲调的过浓或者过淡。

04 混合均匀

左右轻轻摇晃奶瓶或者双手来回揉搓奶瓶来使奶粉溶解。不要用力摇晃奶瓶,否则会产生大量的气泡和泡沫,如果婴儿喝进去之后容易造成吐奶或者肠胀气。

05 随喝随冲

如果冲好的奶粉放置时间过长,容易滋生细菌导致奶粉变质。奶粉冲泡后室温保存不超过2小时,如果是婴儿已经喝过的奶粉,室温放置不超过1小时。如果是在气温炎热的夏天,更需要随喝随冲。

全生中医针灸

中医内科 中医妇科

主治 3-002

北京中医药大学中医硕士
中国中医科学院中西医结合博士
美国乔治城大学医学院博士后
世界中医药联合会主任医师
3项国家专利, 8部中医专著
30年行医经验

1. 各种关节疼痛,过敏,抑郁症
2. 心脑血管病:高血压,冠心病,高血脂,肥胖,中风偏瘫等
3. 肝炎肾炎,胃炎哮喘,癌症副作用
4. 不孕症,乳腺增生,月经不调,子宫肌瘤,卵巢囊肿等
5. 针灸美容,减肥

**中西结合, 标本兼治
天人合一, 综合治疗**

www.wholelifeherb.com

卢全生 博士
301-919-9898
301-340-1066

地址: 416 Hungerford Dr, #300
Rockville, MD 20850

接受保险及车祸工伤

地址: 5022 Dorsey Hall Dr, #101,
Elliott City, MD 21042

爱平诊所

Gaithersburg Family Medicine

美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员

隋爱平 医师
Aiping Sui MD

积累多年丰富的临床经验
接受多种医疗保险及自费

预约电话:
240-404-6423

徐唯 医师
Wei Xu MD

周一至周六全日门诊

各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。

604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和West Deer Park Road交口处 3-050

中华堂中医馆

● 中医门诊 ● 针灸 ● 中药 ● 推拿 ● 刮痧 ● 拔罐 ● 中医养生

中医内科: 心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。

针灸推拿科: 面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等;腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。

中医美容: 雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。

中药: 针对每一位病人的病情定制配方。

中医养生保健

受理多种保险, 自费优惠 精治车祸伤害, 为你争取权益。

预约电话: 202-818-9161 www.AmericaTCM.com 3-100

诊所地址: 8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

首都中医针灸

Capital Acupuncture & Herbal Care

陈智松 博士

预约电话:
301-820-2528

● 美国国家针灸学和中药学资格证书(NCCAOM)
● 马里兰州执照针灸师
● 二十多年行医经验
● 北京中医药大学本科
● 中国中医科学院中西医结合硕士
● 新加坡国立大学医学院博士
● 美国国立卫生研究院肿瘤研究所博士后
● 20余篇著作
● 生命科学和国际免疫药理学杂志特邀审稿专家

资深教育, 传承中医精华, 主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症, 对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗化疗毒副作用等治疗有独到的见解。

www.chenmac.com

地址: 波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854
盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD 20879
位于I-270, 355大道边上, 大中华超市、Costco、大华超市(99 Ranch Market)之间, 交通停车方便。 3-094

接受CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险