

肾病综合征

定义

肾病综合征是一种以大量蛋白尿为特征的肾脏疾病。

肾病综合症通常是由肾脏里的小血管簇受损引起,这种小血管簇可以滤过血液 内的废物和多余水分。肾病综合征可以导致肿胀(水肿),尤其是脚和踝, 并且增加了其他健康问题的风险。

肾病综合征的治疗包括治疗导致肾病综合征的原发疾病以及服用药物。肾病综合征会增加感染和血栓的风险。医生也许会建议通过药物和饮食改变来预防上述风险或肾病综合征的其他并发症。

症状

肾病综合征的症状和体征包括:

- 高度肿胀 (水肿), 尤其是在眼周和脚踝部
- 泡沫尿, 可能是由尿中蛋白质含量增多引起
- 体液潴留引起的体重增加

病因

肾病综合征通常由肾脏微血管簇 (肾小球)受损引起。

肾小球会过滤流经肾脏的血液,将身体所需要的物质和不需要的物质分开。健康的肾小球可以防止血液蛋白质(主要是白蛋白) 渗漏入尿,而血液蛋白质可以帮助维持正常的体液量。肾小球受损会使身体丢失大量血液蛋白质,从而引起肾病综合征。



诸多可能的病因

有很多疾病都可以引起肾小球损伤,从而导致肾病综合征, 其中包括:

- 微小病变性肾病。这是导致儿童肾病综合征最常见的原因,该病会引起肾功能异常,但是显微镜下肾脏组织看起来完全正常或接近正常。导致肾功能异常的确切原因还不确定。
- **局灶性节段性肾小球硬化。** 该病的特点是部分肾小球内有分散的瘢痕,可能是继发于另一种疾病或由基因缺陷或某种未知的原因引起。
- 膜性肾病。这种肾脏疾病是由肾小球基底膜增厚引起的。基底膜增厚的确切原因仍不清楚,但有时与其他疾病,比如乙肝、疟疾、狼疮和癌症等相关。
- **糖尿病肾病。** 糖尿病可以导致肾脏损伤(糖尿病肾病),从而影响肾小球。
- **系统性红斑狼疮。**这种慢性炎性疾病可以导致严重的肾损伤。
- **淀粉样变性。**这种疾病是由一种淀粉样蛋白质在器官内沉积而引起。淀粉 样蛋白沉积通常会影响到肾脏,损害肾脏的滤过系统。
- **肾静脉血栓。**肾静脉血栓是一种血栓阻塞肾脏静脉的病症,该病也可以引起肾病综合征。
- **心衰。**某些类型的心衰,比如缩窄性心包炎以及严重的右心衰 ,可以引起 肾病综合征。

危险因素

引起肾病综合征风险增加的因素有:

- **有损肾脏健康的疾病。**某些疾病会增加肾病综合征的风险,比如糖尿病、 狼疮、淀粉样变性、微小病变性肾病以及其他肾脏疾病。
- **某些药物。**例如非甾体类抗炎药和抗感染药,这些药物都可以引起肾病综合征。



■ **某些感染。**例如艾滋病、丙肝以及疟疾,这些感染类疾病都能增加肾病综合征的风险。

并发症

肾病综合征可能的并发症包括:

- **血栓。**由于肾小球无法正常过滤血液,结果导致有抗凝作用的血液蛋白质 丢失。这就增加了静脉内血凝块形成(血栓)的风险。
- **高胆固醇和高甘油三酯。**当血白蛋白水平降低时,肝脏会产生更多的白蛋白。与此同时,肝脏会释放更多的胆固醇和甘油三酯。
- **营养不良。**血液蛋白质的大量丢失会引起营养不良。体重会因此减轻,但可能被水肿所掩盖。你也许还会出现红细胞不足(贫血)、维生素 D 缺乏和缺钙。
- **高血压。** 肾小球受损和随之引起的代谢废物在血液内堆积(尿毒症)会使血压升高。
- **急性肾衰竭。**如果肾脏由于肾小球损伤丧失了滤过血液的能力,代谢废物 会在血液内快速堆积。如果发生这种情况,需要紧急透析,这是一种通过 人工肾(透析仪)用人工的方法从血液清除多余体液和废物的方法。
- **慢性肾脏疾病。**肾病综合征会使肾脏逐渐丧失功能。当肾脏功能下降到一定程度时,就需要进行透析或者肾移植。
- **感染。**肾病综合征患者感染的风险会增加。

就医前的准备

如果出现任何令人担忧的症状或体征,先去看家庭医生或全科医生。如果医生 怀疑你有肾脏问题,比如肾病综合征,可能将你转诊给肾病科医生。

以下信息可以帮助你做好就医准备并清楚医生会做什么。

你可以做什么



在就诊前:

- **了解所有就诊前的禁忌事宜。**在预约时,询问是否有需要提前做的事,比如限制饮食。
- **记下你的所有症状,**包括任何看起来和此次就诊原因不相关的症状。
- **写下重要的个人信息**,包括任何主要的压力以及近期的生活改变。
- 列出你正在服用的所有药物、维生素或补充剂 。
- 考虑带一位家人或朋友帮助你记住就诊期间提供的信息 。
- 写下要问医生的问题 。

检查和诊断

用于确诊肾病综合征的检查包括:

- **尿常规。**如果你患有肾病综合征,尿液分析能发现尿液异常,比如大量尿蛋白。 你需要收集 24 小时内排出的所有尿液,用于精确测量尿蛋白量。
- 血常规。如果你患有肾病综合征,血常规检查会特别地显示白蛋白水平降低(低白蛋白血症),而且通常还会显示血总蛋白水平降低。白蛋白的流失常常会伴随血胆固醇和甘油三酯的水平升高。也许还需要测定血肌酐和血尿素,以评估总体肾功能。
- 取肾脏组织样本进行检查。医生可能建议进行肾活检,即取一小块肾组织进行检查。肾活检时,将一个特殊的针头经皮肤刺入肾脏。采集肾组织样本后,将其送往实验室进行检查。

治疗与用药

肾病综合征的治疗包括治疗任何可能引起肾病综合征的原发疾病。医生可能还 会推荐用药物控制症状与体征或治疗肾病综合征的并发症。可以选择的药物包 括:



- **降压药。**一种被称为血管紧张素转换酶抑制剂的药物可以降低血压并减少 尿蛋白。这类药物包括贝那普利(洛汀新)、卡托普利 (开博通)和依那 普利 (Vasotec)。另一类作用机制相似的药物为血管紧张素 II 受体阻滞 剂,包括氯沙坦(科素亚) 和缬沙坦(代文)。
- **利尿药。** 利尿药通过增加肾脏排尿来控制水肿。利尿药包括呋塞米(Lasix) 和螺内酯(Aldactone)。
- 降脂药。他汀类药物可以降低胆固醇水平。然而,目前仍不确定降脂药能 否特别地改善肾病综合征患者的治疗结果,比如避免心脏病发作或降低早 期死亡风险。他汀类药物包括阿托伐他汀(立普妥)、氟伐他汀(Lescol)、洛伐他汀(Altoprev、Mevacor)、 普伐他汀(Pravachol)、瑞舒伐他汀(可定) 和辛伐他汀(舒降之)。
- 血液稀释剂。抗凝血剂可以降低血液凝血能力,从而降低出现血栓的风险。抗凝血剂包括 肝素和华法林 (香豆素)。
- 免疫系统抑制剂。免疫抑制剂比如糖皮质激素可以减少伴随某些肾脏疾病 出现的炎性反应,比如微小病变性肾病。

生活方式和家庭疗养

改变饮食有助于你应对肾病综合征。医生可能会给你介绍一位营养师,营养师会告诉你如何通过改变饮食,帮助你应对肾病综合征的并发症。营养师会建议你:

- 选择瘦肉蛋白
- 减少食物中脂肪与胆固醇的摄入,以控制血胆固醇的水平
- 通过低盐饮食控制水肿