

Gvendaengz Bingh Aen Mak Binghnyouhdangz, Daiq Mwngz Bae Liujgaij Mizgven Gohbuj Cihsiz

关于糖尿病肾病，带你一文了解相关科普知识

□ bouxraiz/作者:Lanz Feihyangh/蓝菲香 bouxhoiz/译者:Siz Bungzcwngz/石鹏程

Bingh aen mak binghnyouhdangz dwg cungj bingh caemh binghnyouhdangz fat, cujyau yienzaen dwg, bouxbingh hezdangz gaemhanh cang-dai mbouj ndei, ciengzgeiz miz gij cingzgvang hezdangz gig mbouj doengz haenx. Wngdang yinxhwnj cungfaen yawjnaek, yungh cosih bae yw. Cungj bingh neix danghnaeuz mbouj gibseiz bae yw, aiq ndaej caenh' itbouh yiengq mbiengj engq youqgaenj bae fazcanj, cauxbaenz bouxbingh cingqcaen baenz binghnyouhdoeg. Lajneix, couh daiq mwngz bae liujgaij gij gohbuj cihsiz gven-daengz bingh aen mak binghnyouhdangz, vih gibseiz yawhfuengz bingh aen mak binghnyouhdangz yungh mizyauq cosih, yw bingh aen mak binghnyouhdangz miz baengzgawq.

It、Gvendaengz gij bingh aen mak binghnyouhdangz gainen haenx

Bingh aen mak binghnyouhdangz cujyau dwg youz binghnyouhdangz yinxhwnj, gvihaeuj bingh aen mak. Boux baenz binghnyouhdangz aenvih hezdangz suijbingz ciengzgeiz cawq-youq mbouj doengz bingzciengz cingzgvang, couh cigciep yingjyangj daengz goengnaengz aen mak. Bingh aen mak binghnyouhdangz dwg aenvih bouxbingh baenz binghnyouhdangz le, sailwed iq caenh' itbouh okyienh binghbienq baenz bingh cix yinxfat haenx. Youq mwh ywbingh, aeu miz canghyw husw giethab gij cingzgvang bouxbingh bingh youqgaenj cingzdoh, ndaej faengeiz gij bingh aen mak binghnyouhdangz, caemhcai q vih caenh' itbouh yungh gij banhfap mizyauq bae yw guh ndei giekdae. Ndigah, wngdang youq mwh bingh lij caengz fazcanj daengz aen gaihdon engq youqgaenj de, gibseiz yungh banhfap bae ywbingh, cungdenj gaemhanh gij hezdangz suijbingz bouxvunzbingh.

Ngeih、Gvendaengz gij banhfap yawhfuengz bingh aen mak binghnyouhdangz haenx

Gvendaengz yawhfuengz bingh aen mak binghnyouhdangz, aeu dai geij fuengmienh lajneix roengzfwngz doeksaed. It dwg bouxbingh binghnyouhdangz wnggai genhciz gwn yw, caiqlij louzsim ciuq vah canghyw bae gwn yw, gaej gag dingz yw. Wngdang laebdaeb gwn yw, yawhbienh veizciz gij yiengh onjdingh hezdangz suijbingz, gyangqdaemq binghnyouhdangz caemhcai q baenz bingh aen mak. Ngeih dwg vunzbingh binghnyouhdangz wnggai hableix yungh yw, hix couh dwg naeuz, danghnaeuz youq gwn yw gocwngz ndawde okyienh le

haujlai yienghsiengq mbouj hab, roxnaeuz gwn yw le ywbingh yauqgoj mbouj ndei, cungj wngdang gibseiz bae yihyen yw. Youz cujci yihswng h doiq yw bingh yauqgoj guh yenzgiu buenqduenh, caenh' itbouh yungh gij banhfap roxnaeuz gaemhanh cosih mizyauq de. Sam dwg boux baenz binghnyouhdangz wngdang yawjnaek gij hong gaemhanh gijgwn bonjfaenh, giethab aen yenzcwz dajgwn doengh boux baenz binghnyouhdangz gyunoix youz noix、baujciz citdamh haenx, ngoenznaengz gwnndoet aeu yawjnaek yingzyangj dapboiq. Doengzseiz, guh daengz ciuqseiz gwn haeux, gaemhanh gij soqliengh gwn. Sei q dwg wnggai giethab goyinz ndangdae cingzgvang habdangq yindung. Habdangq yindung dwg binghnyouhdangz swngghoz ndawde cungj bingh gaemhanh cosih gig youqgaenj ndeu, hix dwg gij banhfap mizyauq baexmienx binghnyouhdangz okyienh bingh aen mak caemhcai q fat bingh haenx.

Sam、Gvendaengz gij fueng-fap yw binghnyouhdangz ndaej mizyauq haenx

(It)Gij banhfap gaemhanh yw bingh. Bingh aen mak binghnyouhdangz caeuq hezdangz suijbingz gig gaenjmaed doxgven. Mwh yw bingh, gij banhfap gaemhanh neix cujyau miz, bouxbingh wngdang ciuq gij vah-daengq canghyw, gibseiz cukliengh gwn yw gyangq dangz, baujciz hezdangz suijbingz onjdingh, fuengzre hezdangz swng sang, baenz bingh gyanaek. Cawz gijneix le, gaemhanh cosih lij baudaengz, wngdang daj gwnndoet sibgvenq caeuq gwnndoet gezgou fuengmienh guh yawhfuengz gaemhanh. Doeklaeng, gaemhanh cosih lij giengzdih, wngdang giethab gij cingzgvang boux baenz bingh aen mak binghnyouhdangz yungzheih miz miniu hidungj deng lah haenx, guh yawhfuengzsingq gaemhanh. Bouxbingh miz saek ngoenz miniu hidungj miz cungj yienghsiengq deng lah, hawj bouxbingh binghcingz gyanaek. Doengzseiz, boux baenz binghnyouhdangz moix ngoenz baiz nyough seiz, cungj yaek sied di danbwzciz ndeu. Danghnaeuz bouxbingh binghcingz gyanaek, couh yaek yingjyangj duzde supsou haeuj ndang. Ndigah, aeu gaemhanh binghcingz, caenhliengh bouj danbwzciz ndei. Hoeng danghnaeuz bouxbingh binghcingz gaenq dabdaengz haemq youqgaenj, couh wngdang habdangq gemjnoix sup aeu danbwzciz.

(Ngeih)Gij banhfap ywbingh yungh yw. Doiq bingh aen mak binghnyouhdangz daeuj gangj, aen

banhfap aeu yw daeuj yw aen gaihdon seizneix ciengzseiz yungh haenx, dwg aen banhfap aeu yw' gyangqdangz caeuq yw gyangqhezyaz caezyungh. Gij yinhyungh yienzleix yw' gyangqdangz haenx dwg, ndaej gyangqdaemq gij doeg hezdangz, naenxhaed yenzcwng fanjying fatseng. Dwk yw' gyangqdangz hix ndaej youq itdingh cingzdoh baujhoh gij yizdaujsu sibauh aen ndang vunz, hoizsoeng binghyiengh fungyiemj, gyangqdaemq bingh fungyiemj. Doengh gij yw gyangq hezyaz haenx, cujyau dwg vihliux gaemhanh hezyaz suijbingz, gyangqdaemq binghyiengh danbwznyouh youqgaenj haenx. Gemj mbaeu bingh doiq gij goengnaengz aen mak bouxbingh deng sieng cingzdoh, gyangqdaemq goengnaengz bouxbingh deng sieng cingzdoh. Hoeng danghnaeuz bouxbingh mbouj miz gij yienhsiengq hezyaz swng sang haenx, couh wngdang baexmienx yungh yw gyangq hezyaz bae yw.

(Sam)Gij banhfap aen mak dingjlawh ywbingh. Gij banhfap aenmak dingjlawh ywbingh, dwg youq mwh binghyiengh engq youqgaenj, bouxbingh gaenq okyienh gij goengnaengz aen mak gig mingzyienj mbouj caezcienz cix yungh gij banhfap mizyauq de. Yiengh dingjlawh ywbingh cujyau dwg ceij swiq lwed seuq bae caiq lae haeuj ndang caeuq senj ndaem aen mak. Cungj ywbingh banhfap neix doiq bouxbingh daeuj gangj, yienznaeuz ndaej gajgez gij bingh bouxbingh, hoeng swiq lwed seuq bae gij daegdiemj feiqyungh lai、seizgan raez. Hoeng aen mak senj ndaem, hix aeu caj gij goekmak habngamj haenx, cijndaej caenh' itbouh doicaenh ywbingh cincwngz.

Gyonj daeuj gangj, bingh aen mak binghnyouhdangz doiq bouxbingh daeuj gangj, yaek yenzcung haephangz gij sengmingh ndangcangq de. Ndigah, aeu youq mwh bouxbingh caengz baenz bingh, couh gibseiz yungh banhfap bae gaemhanh binghnyouhdangz. Baez raen miz bingh aen mak binghnyouhdangz, couh wngdang youz canghyw gibseiz cienjbienq aen fueng' anq ywbingh, hawj bingh engq mizyauq bae baujcwngh bouxbingh ndaej laebdaeb ciepsouh ywbingh le binghyiengh ndaej hoizsoeng, hawj bouxbingh caetliengh senglix engq ndei.

糖尿病肾病是糖尿病的一种并发症，主要病因是，病人血糖控制状态不佳，长期存在血糖水平异常的情况。应当引起充分重视，采取措施进行治疗。这种疾病若不及时进行治疗，可能会进一步向更严重的方向发展，导致患者确诊尿毒症。下面，就带你一文了解关于糖尿病

肾病的科普知识，为及时预防糖尿病肾病采取有效措施，治疗糖尿病肾病提供依据。

一、关于糖尿病肾病概念的科普

糖尿病肾病主要由糖尿病引起，属于肾脏疾病。糖尿病人由于血糖水平长期处在异常情况，会直接影响肾功能。糖尿病肾病是由于患者出现糖尿病后，微血管进一步出现病变而引发的疾病。在治疗时，需医护人员结合病人的病情严重程度，对糖尿病肾病进行分期，并为进一步采取有效的措施进行治疗打好基础。因此，应当在疾病还未发展到更严重阶段时，及时采取措施进行治疗，重点控制患者的血糖水平。

二、关于糖尿病肾病的预防措施科普

关于糖尿病肾病的预防，要从以下几方面入手落实。一是糖尿病患者应坚持服药，并注意遵医嘱服药，避免自行选择断药停药。应当持续服药，以便维持血糖水平的稳定状态，降低糖尿病并发症的几率。二是糖尿病患者应合理用药，也就是说，如果在服药过程中出现了一系列的不适症状，或服药后的疗效不佳，都应当及时就医。由主治医师对疾病治疗效果进行研判，进一步采取有效的治疗措施或控制措施。三是糖尿病患者应当重视自身的饮食控制工作，结合糖尿病患者低盐低油、保持清淡的饮食原则，在日常饮食中注重营养搭配。同时，做到按时吃饭，控制食量。四是应结合个人身体情况适当运动。适当运动是糖尿病患者常生活中非常重要的一种疾病控制措施，也是有效避免糖尿病出现肾病并发症的有效措施。

三、关于糖尿病肾病有效治疗措施科普

(一)控制性治疗措施。糖尿病肾病与患者血糖水平存在异常紧密相关。在进行疾病治疗时，控制性措施主要有，患者应遵医嘱，及时足量服用降糖药物，保持血糖水平的稳定性，防止血糖升高，导致病情加重。除此之外，控制措施还包括，应当从饮食习惯以及饮食结构方面进行预防控制。最后，控制措施还强调，应当结合糖尿病肾病患者易出现泌尿系统感染的情况，进行预防性控制。一旦患者泌尿系统出现感染的症状，会导致患者病情加重。同时，糖尿病患者每日排尿时，都会损失一些蛋白质。若患者的病情加重，则会影响其蛋白质的摄入量。因此，需控制病情，尽量补充优质蛋白质。但若患者的病情以达到较为严重的状态，则应当适当减少蛋白质的摄入量。

(二)药物治疗措施。对于糖尿病肾病而言，现阶段常用的药物治疗措施为，降糖药与降压药联用措施。降糖药的应用原理是，能够降低血糖毒性，抑制炎症反应发生。降糖药也能够一定程度上保护人体的胰岛β细胞，缓解疾病症状，降低疾病风险。而降压药的用药，主要是为了控制患者血压水平，降低蛋白尿症状严重性。减缓疾病对患者肾功能的损伤程度，降低患者功能损伤强度。但若患者不存在血压升高的现象，则应当避免应用降压药进行治疗。

(三)肾脏替代治疗措施。肾脏替代治疗措施，是在症状相对更为严重，患者已经出现了显著的肾功能不全时所采取的有效措施。替代性治疗主要是指血液透析灌流以及肾脏移植。此种治疗措施对于患者而言，虽然能够解决患者的疾病问题，但透析治疗具有费用大、周期长的特征。而肾移植，也需要等待适合的肾源，才能够进一步推进治疗进程。

总的来讲，糖尿病肾病对患者而言，会严重威胁其生命健康状态。因此，需在患者未并发肾病时，就及时采取措施进行糖尿病的控制性治疗。一旦患者出现糖尿病肾病，则应当由医护人员及时转变治疗方案，提升疾病治疗，有效性保证患者在持续接受治疗后症状得到有效缓解，提升患者生存质量。

(作者:蓝菲香;单位:南宁市上林县中医医院)