

如果仍有证据显示 肾损伤，应该怎么办？

如果您病后三个月，**血检结果仍然显示您的肾功能低于60%**（即肾小球过滤率低于60），那么您就患了慢性肾病。慢性意味着更长时间，在这种情况下，即为三个月以上。您的家庭医生会确认这个情况，并记录下来以备未来参考和决策。**针对这个病，您至少一年要检查一次血压和尿液，这非常重要。**您罹患另一次急性肾损伤的风险也较高。

我能做些什么来改善 我的肾功能吗？

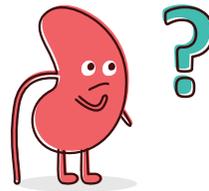
我们的肾脏是非常努力工作的器官。**只有当他们的效率低于5%时才会需要帮助**，即进行一种叫做透析的治疗。您可以在早期阶段做些重要的事情来帮助肾脏，如：过健康生活、保持健康体重、降低饮食中的盐分摄入或使用低盐替代品、不吸烟。如果您患有糖尿病或高血压，那么控制好血压血糖也有助于稳定肾功能。您的医生或护士可以给您这方面的建议。如果您一直在定期服用非类固醇消炎药，医生可能要评估您的情况，让您使用另一种疗法。



我还有更多问题， 下一步该怎么办？

如果您还有更多关于急性肾损伤的问题，**您应该和您的家庭医生预约讨论。**

您的家庭医生会安排后续的血液检查，评估您的肾功能的恢复情况。您可以询问血检结果，看看他们有些什么变化。您也应该要求检查血压。医生可能要检查您的药物并且可能需要调整药物的剂量，并警告您慎用布洛芬和其他非类固醇消炎药。



✘ 了解您的常规药物对肾功能的影响，这一点非常重要

致谢

感谢英国肾脏关怀中心、
英国肾病患者协会：《了解急性肾损伤》
在线资料查询：
<https://www.thinkkidneys.nhs.uk/aki/think-kidney-publications>



Waitematā
District Health Board

Best Care for Everyone

分类号（复查日）



Waitematā
District Health Board

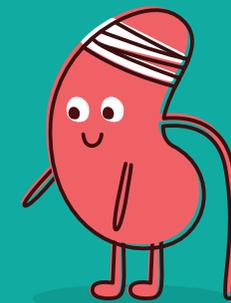
Best Care for Everyone

急性肾 损伤 (AKI)

Acute Kidney Injury (AKI)

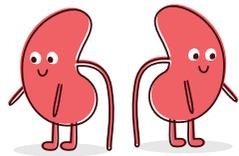
患过急性肾损伤 的病人须知

您需要知道
的信息



了解急性肾损伤 (AKI)

本单张适用于那些**已被告知患有急性肾损伤**的病人,旨在回答病人提出的各种问题。



肾脏的功能是什么?

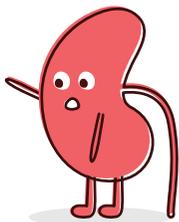
肾脏主要为身体完成五个重要任务:

1. 通过产生尿液,从体内排出废物和毒素,包括药物。
2. 控制体内的水分平衡,确保我们的身体没有过多的水分或脱水。
3. 控制血压,维持适合身体正常运作的血压水平。
4. 制造骨骼生长之必需元素--维生素D。
5. 制造一种叫促红细胞生成素的激素,该激素有助于生成给全身输送氧气的红细胞。

当您患有急性肾损伤时,肾脏可能无法实现上述的部分或全部功能。

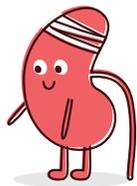


血压



什么是急性肾损伤?

- “急性”是一个词语,描述在很短的时间内,如几小时或几天内发生
- “肾损伤”描述对肾脏造成损伤的证据,通常是肾脏的工作方式即所谓的肾功能发生了变化。



✘ 评估肾功能的最佳方法是测量血液中的废物肌酐的含量,并测量排尿量。

医生怎么知道我得了急性肾损伤?

您最近患了一种既无法喝水又无法进食的疾病,如食物中毒或胃肠炎,或者您刚动过手术。您的血压可能一直很低,而且您无法正常排尿。您的验血结果显示肌酐水平升高。综上,医生可以判定您是否患有急性肾损伤。您的尿检也可能会显示尿里有血或蛋白质。



如果再次发生肾损伤,我该怎么办?

如果您身体不适且无法正常饮水,特别是如果您正在呕吐或腹泻导致失水过多或者您有发烧和出汗的情况,那么您必须和专业医护人员讨论您的病情,这非常重要。专业医护人员包括您的家庭医生或专科护士,例如心衰或肾脏专科护士,如果您有专科护士的话。他们会建议您停止服用降血压和血糖的药物,并安排您验血,检查您的肾功能。如果您住院照X光,接受放射扫描或手术,您应该让您的医护团队知道您得过急性肾损伤。



我的肾脏会永远受损吗?

尽早治疗,您可能只会遭受轻度的肾损伤。如果您在患病之前拥有健康的肾脏,且没有潜在的健康问题,那么您的肾功能很可能会恢复正常,您应该没有进一步的问题。但是,如果您病情严重,并且肾功能有严重改变,尤其是如果您以前就有肾脏问题,如慢性肾病,那么您的肾功能可能不会恢复正常。

