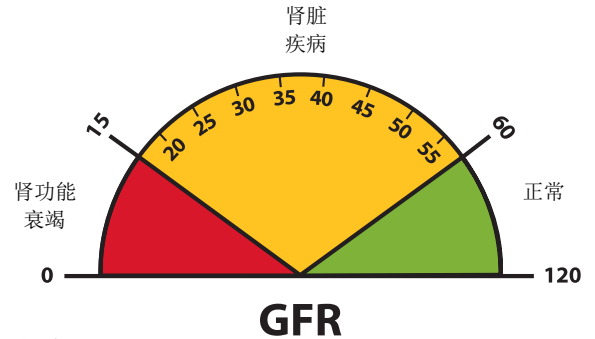


# 您的肾脏功能如何？

## 解释您的肾脏检测结果

在\_\_\_\_\_，您的 GFR (肾小球滤过率) 是\_\_\_\_\_。  
日期

- GFR 为 60 或以上属于正常范围。
- GFR 低于 60 可能意味着肾脏疾病。
- GFR 为 15 或以下可能意味着肾功能衰竭。



### GFR 是什么？

GFR 代表肾小球滤过率。GFR 是衡量您的肾脏滤血功能的一项指标。

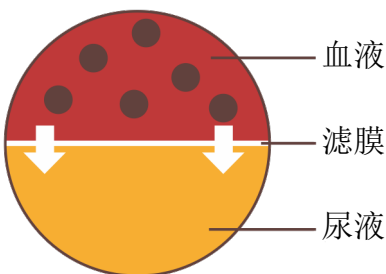
在\_\_\_\_\_，您的尿白蛋白结果是\_\_\_\_\_。  
日期

- 尿白蛋白结果 低于 30 是正常的。
- 尿白蛋白结果 高于 30 意味着肾脏疾病。

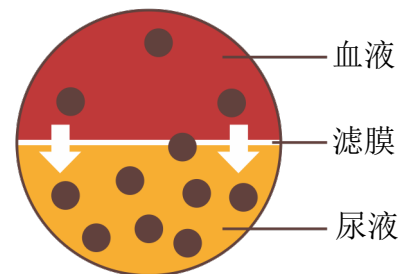
### 什么是尿白蛋白？

白蛋白是在血液中发现的一种蛋白质。健康的肾脏不会让白蛋白进入尿液。而受损的肾脏会让一些白蛋白进入尿液。您尿液中的白蛋白越少越好。

在一个健康的肾脏内部



在一个受损的肾脏内部



在\_\_\_\_\_，您的血压结果是\_\_\_\_\_。  
日期

控制好血压可能有助于保护您的肾脏。

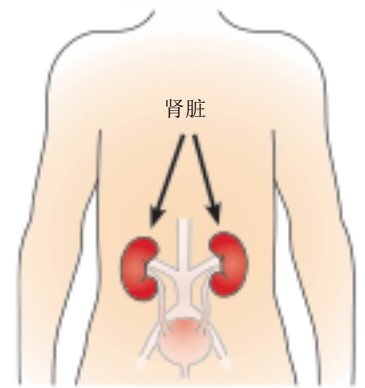
## 肾脏的功能是什么

您有两个肾脏。其主要功能是滤出血液中的废物和多余水分，然后生成尿液。

## 如何检查您的肾脏

采用两种检测检查肾脏疾病。

- 一种血液检测检查您的 GFR，后者能提示您的肾脏过滤功能如何。
- 一种尿液检测检查您尿液中的白蛋白，后者是肾脏损伤的征象。



## 为何要检查您的肾脏

您需要检查您的肾脏，因为您无法感觉到肾脏疾病。肾脏检测对于糖尿病、高血压或心脏病患者而言非常重要。这些疾病会伤害到您的肾脏。

## 如果您有肾脏疾病，会发生什么情况

肾脏疾病可以治疗。您知道自己患上肾脏疾病越早，则您可以越早得到治疗，以帮助延缓或预防肾功能衰竭。治疗肾脏疾病也可以帮助预防心脏病。

治疗目标是：

- 避免您的 GFR 降低
- 降低您的尿白蛋白

### 不管您的结果如何：

- 保持血压、血糖和血胆固醇水平在您的目标范围内。
- 选用对心脏健康有益的食物并减少盐摄入。
- 更为经常地活动。
- 如果您吸烟，请戒烟。
- 按照医务人员的嘱咐服药。

注

更多信息（英文）可在 [www.niddk.nih.gov](http://www.niddk.nih.gov) 网站获取或致电 1-800-860-8747。

# 教育患者

## 有关慢性肾脏疾病的知识

### 四个关键概念和谈话要点

#### 1 与患者谈论他们的肾脏、慢性肾脏疾病 (Chronic Kidney Disease, CKD) 及他们面临的危险。

什么是慢性肾脏疾病(CKD)? 慢性肾脏疾病(CKD)是指肾脏受损而不再能够良好地过滤血液的一类疾病。这类肾脏损伤持续多年。由于损伤的累积, 肾脏无法再维持机体健康, 然后就可能需要透析或肾脏移植才能维持健康。

我怎样能够降低患 CKD 的危险? 您所采取的控制您的糖尿病和高血压的措施也有助于保护您的肾脏。选用有益健康的食物、戒烟和更为经常地锻炼都是重要的措施。

#### 2 传达检查的重要性和如何诊断 CKD。

CKD 有些什么症状? 多数的 CKD 患者在直到其肾功能即将衰竭之前都没有症状。要知道自己是否患有肾脏疾病的唯一方式是做检查。肾脏疾病发现得越早, 您就能越早采取措施开始治疗, 以保持肾脏较长时间的健康一些。

您如何检查 CKD? 进行血液检验和尿液检验可以发现肾脏疾病。由于您有患病的危险, 您应该定期做这些检验:

**肾小球滤过率(Glomerular Filtration Rate, GFR)**—一种血液检验, 以测定您的肾脏每分钟滤过的血液量。

**尿白蛋白**—一种尿液检验, 以检查您的尿液中的白蛋白。当肾脏的滤过功能受损时, 白蛋白(一种蛋白质)就会渗漏到尿液中

#### 3 解释 CKD 的进展特性和治疗常识。

CKD 可以好转吗? CKD 通常不会好转, 反而很有可能恶化。治疗有助于延缓肾脏疾病的病程并保持肾脏较长时间的健康一些。

如何治疗 CKD? 治疗措施包括将血压保持于您的医务人员为您确定的水平、减少食盐和摄入适量的蛋白质, 若有糖尿病, 还要控制血糖。

有治疗 CKD 的药物吗? CKD 患者常常服用药物降低血压、控制血糖和降低血胆固醇。有两种降压药(即 ACE 抑制剂和 ARB)能延缓 CKD 的病程并延迟肾功能出现衰竭, 甚至对无高血压的人也有此疗效。

#### 4 开始谈论透析治疗和肾脏移植。

我以后需要透析治疗吗? 如果治疗得当, 您可能永远不需要透析治疗, 或者至少在很长时间内不需要。不过, 如果您的肾功能发生衰竭, 我们将需要采用能替代您的肾脏功能的治疗, 以维持您的健康。透析治疗有两种类型:

一种是每日在家进行, 另一种是一周三次在透析中心进行。

肾脏移植是一种选择吗? 您也许能够接受肾脏移植。肾脏可以取自新近死亡的匿名捐献者或取自活人。肾脏移植是一种治疗方法, 而不是治愈。