

专家问诊

怀孕后为什么会出现高血压、蛋白尿和水肿等症状? 原来是妊娠期更易诱发肾脏病

■记者王艳

近日,绍兴怀孕5个多月的邵女士发现自己的脸和腿有些浮肿,她以为是怀孕造成的水肿。家人不放心,带她到医院检查,被确诊是患上了妊娠期肾脏病。

何谓妊娠期肾脏病

绍兴市人民医院肾内科主任沈水娟主任医师介绍,妊娠期肾脏病乃指由于妊娠而诱发的肾脏病变,如肾盂肾炎、妊娠期急性肾衰、产后特发性急性肾衰以及妊娠期高血压综合征所致的肾脏改变。临床表现为中度以上高血压、蛋白尿和水肿,约1/3病例可表现为肾病综合征。重症者可出现先兆子痫、子痫和急性肾衰。急性肾衰和先兆子痫后续可导致慢性肾脏病。

肾病给人们带来的危害众所周知,但目前部分女性对肾病的重视度不高。殊不知,目前世界范围内大约有1.95亿的女性患者

患有慢性肾脏病,它已成为女性死亡的第八大原因,每年约60万女性患者死于该病。多种自身免疫性疾病和妊娠等,都与女性肾脏健康相关。

妊娠为什么会诱发肾脏病

随着我国二孩政策的开放,许多家庭想要个“二宝”,因此产妇高龄化、多胎妊娠等问题随之而来。

沈水娟表示,女性怀孕后,全身各系统的生理功能、激素水平和免疫功能等会发生很大改变。由于自身及胎儿的代谢产物增多,体内的循环血量逐渐增加,流经肾脏的血流量随之增加,肾脏的工作负荷也明显加重;另外,妊娠期血液高凝状态,容易引起肾脏损伤、产蛋白尿、糖尿,严重者可引起急性肾损伤。

此外,孕激素的水平发生变化,导致平滑肌松弛,加上逐渐增大的子宫的压迫作用,肾盂、肾盏、输尿管发生扩张,容易引起妊娠期泌尿

系感染。

肾病患者更需科学备孕

此外,还有部分孕妇在怀孕前并不知道自己有肾脏病,等孕检才发现自己患上慢性肾病。

沈水娟提醒,肾病患者更需科学备孕。如果盲目怀孕,不仅可能使得原有的肾病加重,甚至还会有妊娠期急性肾衰、产后特发性急性肾衰的发生,严重危害孕妇和胎儿的健康。

因此,慢性肾脏病的女性患者怀孕前,应该咨询肾内科和妇产科医生,有计划有准备地备孕。是否可以怀孕?什么时候怀孕合适?需要根据患者的原发肾脏疾病、肾功能、尿蛋白、血压、服用的药物、营养状况等情况进行权衡。

发现尿急、尿痛、泡沫尿、浮肿等积极就医

无论是妊娠期肾脏病还是慢性肾病患者妊娠,母亲和胎儿发生不

良结局的风险都明显增高。

为了及早发现并干预肾脏病的发生,沈水娟建议妊娠前一定要测血压,行尿常规、肾功能、泌尿系B超等检查,这是女性患者诊断慢性肾脏病的一次时机。怀孕后,一旦出现小便次数增多、尿急、尿痛、腰痛,甚至伴有发热等症状时,需警惕尿路感染,要引起重视,尽早就医;如有泡沫尿、血尿、浮肿,难以控制的高血压等症状,需警惕肾衰、肾脏病的发生。除以上症状外,如有头痛、视力下降、抽搐等状况,也需尽早就医,避免先兆子痫、子痫等疾病的发生。

当然,如果患者血压平稳、肾功能良好、无大量蛋白尿,可延长孕周,暂时不需要用药,但要定期做尿常规、肾功能等检查,密切监测血压变化;而对于出现严重肾脏病变、严重高血压的重症患者,医生则会根据孕周的不同情况变化,建议终止妊娠或实施剖宫产等,以免胎死腹中。



王来法与职工对话健康

胃胆病久治不愈怎么办

问:我是一名园林养护工,周围有不少同事都有胃胆病,而且很多人都普遍认为胃胆病极易复发,顽固难愈。请问王医师,造成胃胆病久治不愈的根本原因是什么?

答:由于胃胆病的发病机理极其复杂,如果在治疗、保养上稍有不慎,就容易反复发作、久治不愈,给患者生活、工作带来极大的痛苦。据我的长期临床观察,当今人类治疗胃胆病之所以屡战屡败,主要是在胃胆病的治疗和保养上存在着误区:

治疗误区。现在医学治疗胃胆病方法尽管多种多样,但人患病后,溃疡和炎症时时浸泡在强酸性、胃蛋白酶侵蚀环境中,一般的药物效果并不理想,而且长期服药对肝肾有较大的影响,用手术治疗消化道疾病效果也并非理想。人体是一个统一整体,治疗胃胆病要从整体考虑。此外,有的患者在治疗过程中,症状一消失即误认为已痊愈,从而放弃继续治疗。事实上不坚持治疗疗程,就会使已受损伤的胃胆在痊愈过程中再度受到伤害,从而使胃胆病反复发作,造成病情迁延不愈。

饮食误区。“民以食为天”,别小看平时的一日三餐,一旦养成了许多不良的饮食习惯,对胃胆系统会带来很大的影响。如进食过快,暴饮暴食会大大加重胃的负担,引起胃胆疾病,还会诱发心脑血管疾病;食无定时则会破坏胃胆消化功能的规律性;酒、浓茶、咖啡和某些饮料能刺激胃酸分泌,易造成消化不良症状;进食姿势不当,蹲着或躺着吃饭,不利于胃的蠕动,蹲食时血液循环受阻,则会破坏胃的正常消化功能。

进补误区。脾胃是“后天之本”、“气血生化之源”,营养物质的摄入、消化、吸收主要依靠脾胃。若脾胃虚弱,人体摄入营养不足,则会导致机体功能衰弱,未老先衰,因此进补时必须首先调整脾胃。医学上讲胃胆病在治又在养,但养不是指一味进食滋补品或用他人的补方,那样会增加胃肠负担,不利于吸收,甚至延误病情,养胃是调养胃胆内环境,调酸、制酸、制膜覆盖、止痉止痛,给胃胆创造一个恢复健康的合适环境。

锻炼误区。俗话说“饭后百步走,活到九十九”,但也有“要活九十九,饭后不要走”的说法,这两种说法都有道理,但适用于不同的人。饭后百步走,适合于平时活动较少,长时间伏案工作,形体较胖或胃酸分泌过多的人;饭后不要走,主要指体质较差、体弱多病,尤其是患有胃下垂等疾病的人,饭后既不能散步,还应付卧10分钟。

另外还有精神误区、用药误区、检查误区,这里我就不一一详细说明了。以我三十多年的临床经验研究观察,治疗胃胆病,必须进行综合分析,正确诊断,对肝、胆、脾、胃等与疾病有关的脏腑经络都要调理疏通,达到各脏腑功能正常,排泄无阻。

健康常识

手机不离手实际是对社交互动上瘾

■辛华

加拿大一项最新研究发现,令人上瘾的智能手机应用和功能都指向人类渴望与他人互动的意愿,对手机上瘾者不是厌恶社交,而是太热衷社交。

一直以来,人们认为那些时时刻刻盯着手机、查看好友是否在线的人是沉迷于网络世界而忽视社交。加拿大麦克基尔大学心理学研究者在新一期《心理学前沿》杂志发表报告说,这种解读可能有误,对手机上瘾者不是厌恶社交,而是太热衷与他人互动,因此解决这个问题可能比原来想象得简单。

论文作者、研究认知和文化进化发展的心理学教授塞缪尔·韦西埃解释说,观察和监测他人、同时也希望被他人关注和监测的意愿,可以追溯到人类发展史上很远的阶段。人类进化成了一种有独特社交习惯的种群,需要不断来自他人的输入来建立一种文化上被认定为合理的社交指南。这也是人们寻求生活的意义、目标和自我认知的一种方式。

韦西埃补充说,就像在后工业时代,食品不再匮乏,然而我们从历史进化压力下形成的对脂肪和糖的渴望依然存在,因而会很容易引发对食物永不满足的追求,进而导致肥胖症、糖尿病和心脑血管疾病。“正常对社交的需求和通过智能手机与人沟通带来的心理奖赏会被绑架,产生一种时刻想要看手机的病态需求。”

因此,研究人员建议手机上瘾者关掉各种推送开关,并制订合理计划,定时查看手机,并建议禁止在夜间和周末收发邮件。此外,研究人员认为,除了规范科技企业和相关手机应用程序,学校和家长也应该引起足够重视,与那些对手机上瘾的青少年多交流沟通。

“春宜养肝”,肝好一切都好

据世界卫生组织统计数据表明,全世界有3.5亿人患有肝病,每年造成100多万人死亡。随着我们的生活方式、饮食结构和作息习惯发生巨大的变化,我国的肝病患病率居世界首位,各类肝病人群数量庞大。常言道:肝好,一切都好,肝不好,未老先倒。今年3月18日是我国第18届全国爱肝日,主题是“爱肝护肝,珍惜生命”。

春季养肝正当时

■记者王艳

保证充足的睡眠

随着生活节奏的加快,压力的增大,许多白领长期面对电脑,经常熬夜,睡眠质量不好。长此以往必会出现眩晕、便秘、眼睛干涩等肝血亏虚症状。因此,每天23点之前一定要睡觉,因为子时和丑时(23点到1点,1点到3点)肝胆经活动最为亢盛。此时人体其他脏腑处于休息状态,所有血液流入到肝脏中得到完全地解毒。

另外,平时工作中要稍微注意休息,中午和晚上饭后应小小休息调整一下,给肝脏以解毒的时间,消除疲劳。

饮食补充蛋白质和维生素

春季养肝应“管住嘴”,忌油腻和辛辣刺激性食物。在保持粗细均衡、荤素搭配合理的健康饮食原则上,应多补充蛋白质与维生素。蛋白质能修复肝脏,促进肝细胞的再生,鸡蛋、豆腐、鱼、芝麻等食物,都含有高蛋白。

中医认为,“肝主青色,青色入肝经”。青色食物,如西兰花、

把情绪管好

在中医理论中,肝主疏泄而藏血,其气升发,喜条达而恶抑郁。意思是说人的情志活动与肝的疏泄功能有密切的关系。肝的疏泄功能减退,会导致人体气机阻滞不畅,出现郁郁寡欢,闷闷不乐,情绪低落等表现,即肝气郁结;肝疏泄太过则会导致情志亢奋,出现头晕眼花,面红目赤,急躁易怒等表现,即肝火亢盛。

因此春季养肝重在调理情志,学会制怒,保持心平气和,乐观开朗,以达到保肝养肝目的。

别迷信“护肝”保健品

■记者王艳

近几年,护肝热潮大起。尤其是人过中年,开始明白早年的饮酒过度、饮食无规律、缺乏运动等不良生活习惯对肝造成了一定的伤害,“保肝”、“护肝”成了养生重点,各种各样的保肝、护肝药品甚至保健品扑面而来。

有不少肝病患者,不论病情轻重,总喜欢吃点护肝药。甚至认为护肝药是保护肝脏的,多服、常服不会有坏处。那么,服用这些是否可以真正达到保肝护肝功效?该如何选择?

台州恩泽医疗中心(集团)浙江省台州医院感染科主任、主任医师陈华忠介绍,所谓护肝药,是临床上所有能保肝护肝的药物的统称,这类药很多。需要

强调的是,护肝药只是有助于修复已被损伤的肝脏,而不是能够“提前保护”或者“预防”肝细胞受损的药剂。

慢性乙型肝炎患者没有应用抗病毒药物,使用护肝药后肝功能正常,肝脏炎症和坏死并没有好转,可能掩盖病情发展,还可能延误诊断和治疗。护肝药仅对体内的炎症控制有效,对病毒的复制环节基本没有影响,所以不能预防和控制下一次复发。在治疗见效后,过早撤用护肝药,还可导致肝脏重新被体内炎症反应的攻击而再次出现ALT(谷丙转氨酶)升高。

另外,护肝药仅适宜脂肪肝、酒精肝患者或者其他类型肝炎诱发的ALT升高者,以及不适合抗病毒治疗的慢性或急

性肝炎患者,不同基础的肝衰竭患者等。

病毒复制活跃的慢性乙型肝炎、丙型肝炎患者,自身免疫功能紊乱,以及失代偿期肝硬化患者,最好不要乱服用护肝药,病因治疗非常重要。

陈华忠提醒,多数药物都要经肝分解、转化、解毒,在肝功能正常的时候,滥用护肝药不仅会增加肝脏的负担,药物长期在体内蓄积,还会对肝脏造成损害,甚至可能诱发药物性肝炎。肝病用药有严格的临床指征,治病到正规医院,在专科医生指导下规范用药,任何不遵医嘱的用药、停药都是极其危险的。而且护肝药首先不应伤肝,即使病情允许应用,种类也不宜多,不要超过3种。因此,谨慎服药就是保肝护肝。



肝脏不好时有“信号”

■记者王艳

春季是养肝护肝的最佳时节,也是肝病的多发时节。如果不注意调摄,肝气抑郁,则会生出许多病来。

杭州市西溪医院科教科科长、肝病专家包剑锋主任中医师介绍,经过一个冬天的蛰伏与收藏,特别是立春以后,气温逐渐升高,肝脏功能的波动也会比较大,健康人也会出现肝火旺盛等情况。若在这个时候调理不当,恐会使问题恶化。

包剑锋提醒,肝脏不好时,最初表现是很隐晦的,当出现以下几种信号,就要当心肝病了。

食欲不振:肝脏受损往往导致消化不好,严重的还可能出现厌食油腻、恶心、呕吐等。这主要是由于肝细胞大量受损,分泌胆汁的功能降低,影响了脂肪的消化。

易疲劳:肝脏有问题导致的食欲不振和消化不良,会进一步让人出现能量不足的情况,长期如此便会导致人体出现容易疲劳、注

意力不容易集中、头昏耳鸣等现象。

黄疸:肝脏出现异常时,就会导致胆道受阻,这个时候胆红素将无法顺利排泄,胆红素代谢也会出现异常,引起黄疸,通常表现为眼睛、皮肤、尿液等发黄。有黄疸的,在黄疸期还可能发生全身性皮肤瘙痒。

出血:肝脏出现异常的时候就会造成凝血因子合成异常,这时候就会出现牙龈出血,鼻子出血等症状,而且不容易止住。

另外,睡觉也能反映出一个人的健康状态。睡得好,说明身体休息得好,各器官功能运行正常。相反,睡不好,则能反映出健康有问题了。每天凌晨1点到3点是肝脏的排毒期,如果这段时间经常醒来,往往能说明肝不好了,需要养肝了。

包剑锋提醒,为了尽可能早地发现肝病,及时做检查是非常重要的。如果发现自己有上述情况,应该及时到医院做相应肝脏检查,如乙肝两对半、肝功能、肝脏B超等。

哪些人特别需要护肝

■记者王艳

从我国肝病疾病谱看,主要是病毒性肝炎、脂肪肝、酒精性肝病、药物性肝损伤、原发性肝癌等。丽水市中心医院肝胆胰外科副主任、主任医师涂朝勇提醒,肥胖而运动少者、饮酒者、常用药物或接触毒物者、乙肝病毒携带者等需要特别重视保护肝脏。

近年来,我国肥胖且不爱运动的人群有较大幅度增长,营养过剩而运动少是导致肥胖和非酒精性脂肪肝的重要原因。而研究表明,30%~50%的肥胖症合并脂肪肝,重度肥胖者脂肪肝患病率高达61%~94%。建议这类人群,控制饮食,做到“食七八分饱”,宜粗粮多细粮少,并少吃甜食;同时积极进行合理的有氧运动。

酒精性肝病的主要危险因素与饮酒量、饮酒年限、性别、遗传、营养、肝炎病毒感染等有关。有研究认为,每日饮酒80~150克,连续5年即可造成肝损害。因此,建议健康男性饮酒量不超过40克/天(约相当啤酒1听),女性不超过20克/天。

杭州诸暨商会融合共享书华章

杭州市诸暨商会自2011年9月成立至今,“搭桥、维权、建平台、做公益”的理念一以贯之,不忘初心,不负使命,顺应新时代的变革和发展之需,凝心聚力,砥砺前行,从而使得“我为人人,人人为我”的新型商会价值观逐步形成,“一家人,在一起”的浓浓乡情进一步加深,“浙商”品牌影响力不断扩大,为杭州、诸暨两地经济社会发展做出了积极的贡献。商会于2016、2017年连续两年在杭州市“双创”考核中荣获商会

组织第一名,还被评为“中国5A级社会组织”。杭州市商会组织首个“示范性品牌社会组织”,3家常务副会长单位获得“2016年浙江省十佳企业”荣誉称号,1家常务副会长单位荣膺“2017浙商社会责任大奖”。

去年,杭州市诸暨商会以会员企业“走访年”为重点抓手,开展走访慰问、讲座论坛、探讨学习等84项活动,参与人员达2970多人次,其中举办创新与管理、互联网+精益变革、

浙商与经济、新时代新经济、营销的变革、税务知识等“浙商讲堂”11场次;组织信息对接、健康养生等互动交流对接26场次,西施文化研讨4场次;集中走访会员单位21次,逾350家企业。商会分解、医疗等专业顾问发挥职能作用,通过把脉诊断,解决了会员企业在生产经营中遇到的多种困难和问题,为会员企业提供提供法律咨询、法律文书修改、律师建议、调解服务等230多人次,提供就医挂号、专家会诊、住

院、送医下乡等服务1000多人次;为杭州和诸暨两地组织招商推广4场次,投资和慈善“两回归”成效显著。商会出资50多万元,为四川、诸暨、淳安等地助学、建凉亭等。商会党支部积极开展“浙商一做”,通过长沙红色之旅、慰问荣军院老军人等活动,支部组织和党员自身建设朝着更高的目标迈进,被杭州市市直属机关党委评为“先进基层党组织”和“星级党支部”。

杜志华

中国东方资产管理股份有限公司浙江分公司关于瑞安市丰富王鞋材有限公司债权的处置公告

中国东方资产管理股份有限公司浙江分公司(以下简称“我分公司”)拟处置以下资产,特发布此公告。

表一:债权资产(包括债权项下的担保权益):

序号	债权名称	所在地	币种	本金	利息	担保情况	资产情况
1	瑞安市丰富王鞋材有限公司	温州	人民币	500.12万元 (截止至2018年3月12日)	265.38万元 (截止至2017年5月10日)	抵押、保证	停业

该资产的交易对象须为在中国境内注册并合法存续的法人或者其他组织或具有完全民事行为能力自然人,并应具备充分支付能力;交易对象不得为:国家公务员、金融监管机构工作人员、政法干警、金融资产管理公司工作人员、国有企业债务人管理人员、参与资产处置工作的律师、评估师、会计师事务所关联人或者上述关联人参与的非金融中介机构法人;以及与不良债权转让的金融资产管理工作人员、国有企业债务人或者受托资产评估机构负责人员等有直系亲属关系的人员。

有受让意向者请速与我方联系商洽。任何对本处置项目有疑问或异议者均可提出查询或异议。查询或异议的有效期限为自发布之日起至2018年3月21日。

联系人:单经伟 0571-86012501
邮编:310006
通讯地址:杭州市庆春路225号西湖时代广场5楼
对排斥、阻挠异议或查询的行为可向有关部门举报。
举报电话:0571-87163156

特别声明:本公告不构成一项要约。本公告的有效期限为自发布之日起7个工作日。

中国东方资产管理股份有限公司
浙江分公司
2018年3月13日