

<<肾病居家饮食与调养>>

图书基本信息

书名：<<肾病居家饮食与调养>>

13位ISBN编号：9787122099709

10位ISBN编号：7122099709

出版时间：2011-8

出版时间：化学工业

作者：邓丽丽//刘旭生

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<肾病居家饮食与调养>>

### 前言

肾脏病是一类严重危害人类健康的疾病，随着糖尿病和高血压病发病率的增高，继发性肾病也越来越多。

据统计，美国的慢性肾病患者约占全国人口的10.9%，而我国每年有近百万人死于各种肾病及其并发症。

且近年来肾病发病呈上升及年轻化的趋势。

肾脏病多属于终身治疗性疾病，虽然肾功能衰竭是所有慢性肾病的最终发展方向，但并非所有的肾病患者最终都会发展成尿毒症，只要患者认真对待，积极治疗，消除或控制一切导致肾功能损害的危险因素（如高血压、高血脂、高血糖、慢性炎症感染、吸烟、过劳等），多数患者是可以避免发生肾功能不全的。

本书的第一篇介绍肾病的基本知识，以问答形式简要介绍了肾脏日常生活保健、肾脏病基础知识、肾脏病诊断、治疗、预防等相关知识，使广大读者知道什么是肾病、肾病是如何发生的、怎样及早发现肾病、肾病如何预防及治疗。

第二篇为常见肾脏病的保健及养生。

古云：“不治已病治未病”，本篇旨在树立读者对肾脏病的预防意识、健康意识，树立防胜于治的观念，介绍了慢性肾炎、肾病综合征、泌尿系感染、泌尿系结石、慢性肾功能衰竭、糖尿病肾病、急性肾功能衰竭、狼疮肾炎、腹膜透析、血液透析、痛风性肾病等常见肾脏病的保健及养生。

“养生之道，莫先于食”，这部分主要从饮食原则、保健食谱、每周食谱举例、中医调养方面让读者知道肾病患者的配餐常识，介绍了肾病患者的营养需求，如何制订合理配餐方案，为特殊肾病推荐了各种肾病的食疗食谱。

本书依托广东省中医院肾病科——全国中医肾病重点专科及国家中医临床研究基地“慢性肾脏病”重点病种建设单位，在中医药防治肾脏病多年以来的诊疗及护理经验，特别为肾脏病患者介绍了如何进行中医调养，通过图文并茂的讲解，读者可以轻松进行中医调养，体现了中医药在肾脏病治疗预防方面的特色及优势。

书中深入浅出，通俗易懂，针对性强，信息量大，内容选取近年来肾病患者关注的热点问题。

衷心希望肾病患者能够在了解肾病基本知识的同时，更多地了解饮食原则，生活中做到健康合理配餐，并且能运用中医药方法进行自身调护，我们期待本书能成为肾病患者的良师益友。

本书在编写过程中得到了广东省中医院肾病中心的帮助和支持，在此表示感谢。

书中如有不足之处，诚恳希望广大读者予以批评和指正。

编者于 广东省中医院 2011年1月

## <<肾病居家饮食与调养>>

### 内容概要

本书内容分为两部分。

第一篇选取了肾病患者关注的热点问题，介绍了肾脏的日常生活保健和肾脏病的诊断、治疗与预防等相关基础知识。

第二篇介绍了常见肾脏病的饮食与保健养生知识，主要从饮食原则、保健食谱、每周食谱举例、中医调养方面介绍肾病患者的配餐常识，肾病患者的营养需求，如何制订合理配餐方案等。

本书通俗易懂，针对性强，可供广大肾病患者及保健爱好者参考阅读，也可为临床医生提供参考。

## <<肾病居家饮食与调养>>

### 作者简介

邓丽丽，硕士生导师，广东省中医院芳村分院总护士长、广东省中医药学会护理专业委员会秘书。从事临床护理工作20余年，尤其对慢性肾脏病常见病、急危重症的中西医结合护理有丰富的经验。

刘旭生，教授，主任医师，博士生导师，广东省中医院大肾科主任，学科带头人，全国第二批名老中医学术继承人，全国第二届百名杰出青年中医。

擅长慢性肾炎，肾病综合征等各类肾病的诊治。

## <<肾病居家饮食与调养>>

### 书籍目录

#### 第一篇 肾脏的日常保养

- 1.肾脏形似两个豆瓣，位于身体的后腰部
- 2.肾脏是如何工作的？
- 3.肾脏是净化人体血液的重要器官
- 4.出现哪些症状预示肾出问题了？
- 5.肾病检查有哪些项目？
- 6.肾病可分为哪几类？
- 7.生活细节中如何保护好肾？
- 8.哪些生活习惯伤肾？
- 9.吃哪些食物易伤肾？
- 10.吃哪些食物可以强肾？
- 11.憋尿对肾脏的危害很大
- 12.哪些药物对肾脏有损害？
- 13.常年服用中药会加重肾脏损害吗？
- 14.经常喝酸奶会不会得尿结石？
- 15.睡前大量饮水会加重眼睑水肿，是否会引起肾脏损害？
- 16.黑眼圈与肾病有联系吗？
- 17.女人肾虚有哪些表现？  
应该吃什么食补？
- 18.男人肾虚有什么表现？  
男人肾虚应该吃什么食补？
- 19.哪些运动和按摩方法可健肾？
- 20.学做强肾健身操
- 21.何谓体检中的尿蛋白？
- 22.正常人尿液中是否有蛋白？
- 23.尿蛋白出现异常值时怎么办？

## <<肾病居家饮食与调养>>

24. 肾病患者一定要限盐吗？
25. 肾病患者需重视监测血压
26. 肾病患者留尿化验应注意的问题
27. 观察肾功能状况主要看哪几个指标？
28. 在什么情况下需要行肾穿刺检查？
29. 肾病患者出现脱发现象病情加重了吗？
30. 捐赠一个肾后还能和以前一样生活吗？
31. 肾病患者可以结婚吗？
32. 男性肾炎患者可以行房事吗？
33. 长期肾虚会引起肾功能衰竭吗？
34. 肾病恶化了怎么办？
35. 肾脏移植是怎么回事？
36. 谁是尿毒症候选人？
37. 尿毒症的前兆是什么？
38. 怀疑自己患有尿毒症时应该做哪些检查？
39. 激素药不能自行随意增减剂量
40. 肾脏病病程长，治疗要打持久战
41. 中医如何对蛋白尿、血尿辨证分型？
42. 气虚体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
43. 血虚体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
44. 阴虚体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
45. 阳虚体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
46. 湿热体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
47. 气郁体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
48. 瘀血体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？
49. 痰湿体质的蛋白尿、血尿患者如何进行饮食调养？

## <<肾病居家饮食与调养>>

50.如何计算肾病患者每日摄入总能量和蛋白质的量？

### 第二篇 常见肾病如何吃 如何调养

#### 第一节 慢性肾炎

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第二节 肾病综合征

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第三节 泌尿系感染

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第四节 泌尿系结石

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第五节 慢性肾功能衰竭

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第六节 糖尿病肾病

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第七节 急性肾功能衰竭

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第八节 狼疮肾炎

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

#### 第九节 腹膜透析

饮食宜忌

中医调养

## <<肾病居家饮食与调养>>

保健食谱

每日推荐食谱

第十节 血液透析

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

第十一节 痛风性肾病

饮食宜忌

中医调养

保健食谱

每日推荐食谱

附录

附录一 含钾食物

附录二 含磷食物

附录三 食物交换分量一览表

附录四 100g食物中蛋白质和磷含量表

附录五 慢性肾脏功能不全患者常用一周食谱举例

参考文献

## <<肾病居家饮食与调养>>

### 编辑推荐

《肾病居家饮食与调养》编者来自全国中医肾病重点专科——广东省中医院肾病科，他们具有丰富的临床经验。

编者结合自身多年来的诊疗及护理经验，特别为肾脏病患者介绍了如何进行生活和饮食调养、中医调养的方法，通过图文并茂的讲解，读者可以轻松进行调养，同时也体现了中医药在肾脏病治疗预防方面的特色及优势。

<<肾病居家饮食与调养>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>