



责任编辑/王毓杰 | 版式设计/朱玉辉

# 透析27年 她成了“明星”患者 国家级名中医、肾病专家王永钧教授： 血透+腹透 可为肾病患者延寿 护肾药膳黑豆大米粥，正常人和肾病患者都可以吃

记者 俞茜茜 通讯员 徐尤佳

“我透析了20多年，现在感觉和正常人差不多……”上周末，杭州市中医院肾病科举行了建科30周年纪念活动。120位病友及家属围坐在一起，他们用诗歌或用歌声，表达对生命的热爱。

在这些透析患者中，8位是透析时间超过20年的透析“明星”，其中时间最长的刘女士透析了27年。

## B超为何查不到她的肾

62岁的刘女士，住在良渚。27年前，年仅35岁的她早上上完班，下午和几个朋友一起打麻将，突然发现两只脚肿起来了。

“当时我到家附近的卫生院检查，医生说运气好，刚好医院进了一台新的B超机器，让我做个检查。谁知道，医生用B超查了半天，说找不到我的肾脏，建议我赶紧去大医院。”

第二天一早，刘女士在家人陪伴下到杭州一家大医院检查，发现血肌酐指标竟高达1800多，两个肾脏都已萎缩，被确诊为尿毒症。

“没想到病情发展得很快，到了下午，我就出现口鼻出血的症状。医生说，我的病没别的办法，必须马上透析治疗。当时我年纪还轻，听说要一辈子透析治疗，当时根本无法接受。后来在医生和家人安慰开导下，才慢慢接受了现实。”

一开始，刘女士选择了腹膜透析，每天需要做2至4次。

从此，刘女士开始了自己的透析之路，每个月都会到杭州市中医院定期随访。

腹膜透析对操作环境及操作流程要求很高，最怕的就是出现腹膜感染。20多年前的腹透技术还不像现在这么成熟，发生腹膜感染的概率较高，刘女士也曾因腹膜感染吃了不少苦头。时间久了，刘女士的腹膜超滤功能变得越来越差，无法将水分正常排出体外，严重影响透析质量。

经医生评估，从2010年开始，刘女士开始做血液透析，每周有三天到市中医院做血透。到目前为止，血透治疗已6年多了，她的身体状况一直不错。

## 27年透析 她成了科室“明星”患者

刘女士说，今年是她进行透析治疗的第27个年头，一不小心，她成了市中医院透析时间最长的患者。她觉得，这主要得益于市中医院肾病科的细心治疗，以及家人的关心爱护。每次到医院做血透，丈夫都会陪她来，风雨无阻。

俗话说“久病成良医”，27年的透析经验，刘女士在病友圈里已是老前辈了。“不少刚刚确诊的尿毒症病友，一开始心情很沮丧，都会来找我谈心，有些还专程到我家来找我。”

刘女士说，她会乐观地和病友们分享治疗经验，开导他们，“其实尿毒症没那么可怕，鼓励他们积极面对，坚定与病魔抗争的信心。”

目前，尿毒症的治疗主要有血液透析、腹膜透析和肾脏移植三种方案。但由于肾脏来源稀缺，很多患者在短时间内等不到肾源，大部分尿毒症患者选用透析治疗控制病情。据统计，大约65%的尿毒症患者既可选择腹透治疗，也可选血透治疗。

“因为血液透析起步早，已发展得比较成熟，以前透析治疗主要以血液透析为主。”国家级名中医、全国著名的中西医结合肾病专家王永钧教授说，相比血液透析，腹膜透析能较好地保护残余肾功能。“根据自身情况，血透与腹透治疗相结合双向转换，可延长寿命，提高生活质量，像刘女士就是非常好的一个例子。”

## 肾病患者日常饮食有讲究 试试药膳黑豆大米粥

30年来，王永钧教授感触最深的是医学技术的日新月异。1989年，市中医院血液净化中心成立，

当时只有1台血透机，一名护士，3个病人。那时血透机设备落后，患者治疗时往往会出现头痛、恶心呕吐等副作用。

“因为毒素无法完全排到体外，沉积在皮肤毛孔里，不少患者会出现严重的皮肤瘙痒，很痛苦。”王永钧教授说，当时为了缓解透析患者的副作用，中医帮上了大忙。“我们用土茯苓、紫苏等中药材泡药浴，患者泡了三四次以后，皮肤瘙痒的症状很快改善了。”

经过30年的发展，科室现有78名医务人员，108台具有国际先进水平的血液透析机和血液净化设备，跻身目前全省综合实力最强的透析中心之一。

随着肾病发病率增加，肾病患者日常饮食有很大讲究。医院血透中心已从最初的单一透析模式发展成为营养、运动、心理等全方位的一体化治疗体系。

从2012年开始，市中医院开出肾病营养门诊，由高学历、有护理和营养学等专业背景的护理团队出诊。张红梅护士长每周在肾病营养门诊出诊，接受患者咨询，每次限号12个。

“其实，每个肾病患者情况不一样，患者最好带最近一次的报告单来，这样才能根据患者的最新情况，给出饮食建议。”

此外，肾病营养门诊还会根据患者的情况，教患者做护肾药膳。

张护士长推荐了一款药膳——黑豆大米粥，不仅适合肾病患者吃，身体正常的人吃了也有护肾作用。

具体做法是：将黑豆与大米按照1:5的比例进行熬煮，煮好后每天当早饭吃，可根据口味适当加糖或盐。黑豆是优质蛋白，其中的大豆异黄酮成分可保护肾脏，起到抗氧化和纤维化等作用。

|   |   |
|---|---|
| <b>都市旅游</b> 都市快报广告部主办 接稿电话：85051502   |   |
| <b>世景国旅</b> 散客热线 88000108 88000128<br>总部地址：上城区平海路58号平海旺角11楼1111室<br>龙翔地铁站D2出口向左50米 杭州银行对面   |   |
| <b>金秋尚湖品蟹一日游</b> 会员特惠价 128元<br>送价值198元阳澄湖大闸蟹每人5只一盒！再送80元蟹券<br>含车费，导游服务费，送价值100元的尚湖门票！送菜饭！   | <b>临安白水涧一日游</b> 会员特惠价 118元<br>成人报名赠送一只老母鸡<br>含门票 含车费，导游服务费 9月24日  |
| <b>成都-九寨沟-黄龙景区-都江堰-松潘古城-映秀地震遗址</b><br><b>宽窄巷子-峨眉山-乐山-青城山-全景四川双动8日1880元</b><br>含首道大门票，含7晚舒适酒店标准间住宿，赠送全程7早9正；杭州至成都往返动车二等座票；四川当地全程空调旅游大巴车。<br>亮点一：6大王牌景点一网打尽，一次出行不留遗憾；独家赠送：大佛禅院+宽窄巷子+松潘古城<br>亮点二：独家赠送价值98元的三次特色风味餐：九寨养生锅+乐山豆腐宴+羌族十三花；自组发班  | <b>张家界</b> 袁家界 天子山 杨家界 张家界大峡谷 玻璃桥 天门山 玻璃栈道 神堂湾<br><b>点将台 黄龙洞 芙蓉镇 墨戎苗寨 凤凰古城 荆州古城 双动6日游 1780元</b><br>产品推荐理由：1、本行程王牌景点一网打尽，包含索道+门票+表演=一价全含<br>2、免费升级二晚特色餐：墨戎苗寨“土匪庆功宴”+张家界“土家三下锅”+凤凰“血粑鸭”9月24/10月12<br>3、5大赠送：赠送价值100元VIP田园牧歌 VIP黄龙洞景区 游船黄龙洞精华景区不留遗憾 赠送价值100元中国民间文化之乡墨戎苗寨<br>赠送价值228元张家界大型表演 赠送千年古镇芙蓉镇价值120元 赠送百龙电梯<br>4：住宿“匠心”安排：★景区山顶一晚特色名居客栈住山顶 可夜观云海，早看日出   |
| <b>厦门</b> 鼓浪屿、集美、武夷山、泉州南少林寺、永定土楼 福建环游六日<br>全程价值633元的五大赠送：门票全含 无自费 498元<br>◆鼓浪屿门岛 (门票136元) ◆长影影视城 (门票120元) 10月10<br>◆老院子景区 (门票120元) ◆闽南传奇秀 (门票199元) ◆特色海鲜晚餐58元   | <b>稻城</b> 亚丁 新都桥 日瓦 双动9日<br><b>磨西 康定 海螺沟 2990元</b><br>包含8晚标准间住宿含7早9正含景点大门票<br>往返成都动车二等座票及当地空调旅游车  |
| <b>杭州星空国际</b> 咨询 56286618 团队 87921259 金秋送<br>电话 报名 87921259<br>经营许可证书：L-ZJ-CJ00162 报名地址：定安路口，红门局一号2楼（西湖银泰定安游泳馆边上）   | <b>报任何公司线路均赠送-婺源篁岭晒秋.千年瓷都.清风仙境二日游</b><br>■东欧+西欧全景15日 德国-捷克-奥地利-匈牙利-意大利-瑞士-法国-比利时 (全程含餐含签证费.11月份始发) 8999起<br>■东欧5国 (捷克-奥地利-匈牙利-斯洛伐克-德国) 经典10日 (10月起发班) 7888起<br>■西欧法意瑞+滴滴湖+新天鹅堡8晚11天 (12月预定) 6888起<br>■英格兰+苏格兰10日【爱丁堡城堡-温莎城堡-巴斯+巨石阵】(11月份始发) 10999起<br>■美国东西海岸大瀑布夏威夷特惠14日 (赠送墨西哥蒂华纳小镇) (11/4.20 12/6) 14000起<br>■韩国济州双飞5日半自由行 (9/28) 1699起 ■柬埔寨吴哥国庆畅游4日 (9/30) 3699起<br>■越南岷港5晚6天 (9/29) 2799起 ■胡志明/美奈/大叻/芽庄3飞5晚6日 (9/30.10/2) 5299起   |
| <b>金秋国庆线路优惠活动开始报名啦！报名专线：56570928</b><br>中原之旅：曹操故里亳州/河南云台山/红石峡/茱萸峰/山西王莽岭<br>深度五日游 直通车10月1日发 (华佗故里亳州二进云台山) 820元<br>走挂壁公路进王莽岭醉美景区 住宿快捷酒店 含4早4正餐 旅游大巴) 820元<br>苏州无锡品蟹 墨园金葵花节 二泉映月灯会艺术节 三国水浒城<br>精华三日游 直通车10月12日发 (含门票.住宿.餐饮.导游) 538元<br>2早5正餐.旅游大巴) 赠送：198元阳澄湖螃蟹1箱<br>磐安乌石村古村/舞龙峡景区/古茶厂/十八瀑景区<br>精华三日游 直通车10月1日发 (含门票.住宿.农家.2早4正餐) 438元<br>景星岩景区/5A神仙居景区/缙云古镇品质三日游<br>直通车10月2日发(含门票.住宿.餐饮.2早2正餐) 550元<br>楠溪江风光+洞头列岛二日游(含住宿.1早<br>交通.门票) 直通车9月17/24/29日限三班 248元<br>5A神仙居景区4A景星岩景区4A缙云古镇二日<br>直通车9月24/29日限三班(含1早2正餐.车费.门票) 288元 |   |
| 神秘的原始森林神农架/三峡大坝/大九湖/三峡人家<br>精华五日游 直通车10月2日发 1220元<br>(醉美神农架野人谷.含门票.住宿.商务酒店.4早4正餐.旅游车)<br>武夷山/虎啸岩1线天景区/大红袍景区/天游景区<br>休闲四日游 直通车10月2日发 860元<br>(含门票.住宿.商务酒店.3早3正餐.旅游大巴)<br>楠溪江风光/雁荡山/洞头列岛品质三日游<br>直通车10月4日发(含门票.住宿.餐饮.2早餐) 650元<br>无锡苏州名寺.名园.古镇.赏菊.品蟹.二泉映月灯会艺术节<br>二日游 (赠送价值198元阳澄湖螃蟹1箱)<br>(含门票.住宿.3早3正餐.直通车.2.29 仅二班) 248元<br>4A楠溪江风光/4A洞头列岛/5A神仙居精华三日游<br>直通车9月24/28日限三班 (含住宿.2早2正餐.交通.门票) 358元<br>乌石村/4A十八瀑景区4A舞龙峡景区二日<br>直通车9月24.29号 (含1早2正餐.车费) 278元   |   |
| <b>江西龙虎山-湖南张家界-武陵源-天门山-四川成都-九寨沟-黄龙-乐山大佛-峨眉山-重庆空调软卧13日</b> (发班:10月13) 上铺3980元/人 下铺4280元/人<br><b>广州-深圳-珠海-香港-澳门-桂林-韶山品质双卧10日</b> 发班:10月10/20/30 上铺1780元/人 中铺2080元/人 下铺2380元/人   | <b>黄金周专属张家界双动纯玩6日</b> (9/30.10/1.2) 长沙/韶山/黄龙洞/烟雨张家界/张家界国家森林公园/张家界/天子山/袁家界/天门山/玻璃栈道/凤凰古城 一价全含 3180起<br><b>荆州古城/张家界国家森林公园/大峡谷/玻璃桥/凤凰古城汽车六日游</b> (10月1日发) 1780起<br><b>海南三亚双飞5日一价全含 2699起</b> ■昆明大理丽江3飞6日游(赠送印象丽江)1290起<br><b>永定客家土楼+厦门鼓浪屿双动车经典四日 1690起</b><br><b>桂林-龙脊-漓江-阳朔 摄影双飞四日游 1750起</b> ■北京飞高品质五日 2600起<br><b>南宁-巴马长寿村-通灵-德天跨国瀑布-涠洲岛-北海银滩双飞七日游 3690起</b><br><b>贵州黄果树大瀑布-西江千户苗寨-镇远古城-天龙屯堡双飞5日游(凯里往返) 2580起</b><br><b>杭州-成都-九寨沟-黄龙-地震遗址双飞6日游 3480起</b><br><b>兰州-西宁-青海湖-尕斯库勒-黑马河-茶卡双飞4晚5日游 3590起</b> |