

肥胖人群更易出现肾脏疾病

专家：药物减肥同样须防肾病

肥胖人群出现新发肾病及尿毒症的比例，都比一般人群高。即使已经开始透析的肥胖患者，其残余肾功能丧失的速度也比正常体形者更快。昨天是第12个世界肾脏日，今年的主题是“肾脏病与肥胖”。上海交通大学医学院附属仁济医院肾脏内科科主任倪兆慧表示，近些年来，肥胖所引起的慢性肾病及其对慢性肾病患者预后的不良影响，还未引起社会各界的足够重视。

青年报记者 顾金华

案例 肥胖人群更易发肾脏疾病

小王比较胖，179cm的身高，2年前的体重有90公斤。有一阵，他突然感觉上楼时胸闷难受，小便泡沫比较多，检查发现有高血压、高脂血症、蛋白尿两个+，经肾穿刺后明确诊断为肥胖相关性肾病。在医生的指导下，小王进行了降压降脂治疗，注意合理饮食、适当锻炼，今年，他的体重下降了10公斤。最近他往医院复查发现，肾功能已恢复正常，尿蛋白也转为阴性，血压、血脂控制良好。

随着生活方式与饮食结构的改变，肥胖已成为全球流行病，2014年全球18岁以上肥胖人数约6亿人，未来10年肥胖流行率将增长40%。尤其在发展中国家，肥胖的发病率的上升势头已超过发达国家。专家介绍，1974年，国外首次报道严重肥胖会导致大量蛋白尿，并将这种疾病命名为“肥胖相关性肾病”。这种单纯由肥胖导致的慢性肾病可表现为不同程度的蛋白尿、肾功能不全甚至尿毒症。

已有许多流行病学调查发现，肥胖人群出现新发肾病、尿毒症以及发生急性肾损伤的比例，都比一般人群高。即使已开始透析的肥胖患者，残余肾功能丧失的速度也比正常体形者快。这是因为肥胖会使肾脏的工作负荷增高，肾小球时刻处于高滤过、高灌注状态以满足机体的需要，长此以往肾脏会不堪重负。此外，肥胖并发的糖尿病、高血压、高血脂等并发症都可加重肾脏负担。

措施 肥胖人群需定期体检

专家指出，肥胖患者要发现隐性肾脏病，首先就需定期体检。尤其是超重或肥胖患者，已出现糖尿病、高血压、冠心病、高尿酸血症、高脂血症等疾病的患者，长期应用各种药物的患者，有肾脏病家族史者等，都是

慢性肾脏病的高危人群，应定期筛查肾脏相关指标，比如尿常规、尿系列微量蛋白、肾脏影像学检查、肾功能等。

在生活中，如果出现眼睑、下肢浮肿、尿中泡沫增多、尿色加深、夜尿次数增多、尿痛、食欲减退、恶心呕吐、皮肤瘙痒、贫血、血压升高（尤其是年轻人）等，应尽早去医院，排查肾脏疾病，避免延误病情。有早产或低出生体重史的人群最好进行肾功能及血压的终身随访。

专家强调，肥胖相关性肾病确诊后应积极治疗，首当其冲就是减肥。肥胖患者应提倡低热量、低脂饮食，降低高血压、糖尿病的发生率，减少心血管疾病风险。对治疗效果不理想的重度肥胖患者在权衡利弊后可考虑药物、减重手术治疗。

专家 药物减肥须防肾损害

专家强调，肥胖合并的糖尿病、高血压、高尿酸血症、心血管疾病、肾结石和骨关节炎等疾病，往往需要长期药物治疗。但是，用药要十分注意，避免造成药物性肾损伤。比如痛风发作或骨关节炎疼痛时，患者常需服用非甾体类消炎止痛药，而这类药物容易引起肾损害。

同样，近年来已逐渐被人们认识的“中草药肾病”，最早就是在应用中药减肥的患者中发现的。有些肥胖患者通过药物减肥，如果在药物品种、剂量、疗程等方面选择不慎，可能造成药物肾损害。

为进一步扩大肾病防治认知，主动预防各类肾脏病，在上海市医学会肾脏病分会的组织下，本市各大医院肾脏内科的医护人员从3月6日起深入社区、基层医疗机构，开展为期一周的大型科普系列活动，包括健康讲座、义诊、健康宣教手册发放等，以帮助更多人养成健康的生活方式。

你可能感兴趣的



大宁公园里郁金香盛开。

青年报记者 吴恺 摄

郁金香花博会周日举行

青年报首席记者 范彦萍

本报讯 又到了“醉美郁金香，舞动春之魅”的季节，记者昨天从静安区获悉，主题为“绽放静安”的2017新湖郁金香花博会将于今年3月12日至4月4日在上海十大魅力景点之一、上海浦西第二的生态景观城市公园大宁公园举行。

据悉，本届花博会种植的花球总量约200万株，种植总面积约4万平方米，将在公园北门、北门至会议中心沿路、月亮湾、罗马广场、南国风光等共设置五处郁金香花田。其中，北门展示区为中国区，花田种植郁金香33万株，以白色、粉色和浅紫色为主色调，以大面积曲线方式打造多色彩带，展示以小见大、一步一景的特点。南国风光展示区为荷兰区，花田种植郁金香51万株，以黄色、粉色和红色为主色调，以直线穿插方式打造

硬朗色彩，展示热烈渐变的特点。罗马广场展示区为法国区，花田种植郁金香102万株，以黄色、粉色和红色为主色调，以直线方式打造渐变花海营造浓郁的欧洲风情，集中展示荷兰郁金香特点。月亮湾展示区为新西兰区，花田种植郁金香11万株，以黄色、粉色和黑色为主色调，借用峡谷地势因地制宜营造高低不同的郁金香花园，展示错落有致的新西兰郁金香特点。同时，在白沙滩、会议中心、南国风光等临近湖面还将布置14艘郁金香花卉竹筏，并在相对应的展示区布置“寻找法国的阳光”、“新西兰寒谷花开”、荷兰亲嘴娃娃等特色景观小品，与郁金香花田交相辉映，相得益彰。

花博会期间，在罗马广场区域举办以“印象台湾”为主题的大宁郁金香生活节，为游客提供宝岛台湾特产市集、互动游戏、餐饮美食等一系列配套服务。

新型口腔免疫接种技术无需打针

美国研究人员8日在《科学转化医学》杂志报告说，他们研制出一种口腔疫苗推送技术，可将疫苗喷射到动物口腔中的免疫细胞里，未来有望让人免受注射之苦。

新型口腔疫苗推送装置名为“粘膜喷射”，由加利福尼亚大学伯克利分校研究人员研发。“粘膜喷射”是一

个外形与普通胶囊药相似的3D打印可降解塑料装置，内部存有疫苗溶液。使用者把“粘膜喷射”抵住脸颊内侧，可直接将疫苗喷射到颊区。该技术无需针头注射器，便于携带，操作简便，有望将来使人们自行进行无痛免疫接种。

据新华社电

智能家居物联网成AWE最大看点

青年报记者 陈诗松

本报讯 德国柏林消费电子展览会并列全球三大消费电子展的2017AWE中国家电及消费电子博览会昨天在上海拉开帷幕。在这样一场家电博览的盛会上，吸引了来自世界各地的顶级家电品牌、电商和尖端家电产品，不少高科技的家电产品都展现出了很强的竞争力。现在看来是非常独特新鲜的尝试，在未来几年，有可能就平常入住到千家万户了。

“电视机还能是有机的？”现场，众多参观者围着一款创维的电视机议论个不停，和普通电视机不同的是，这款电视机主打的是“有机电视”的概念。“有机电视是指采用OLED有机屏的电视，是下一代的平面显示器

新兴应用技术。和普通LED屏不同的是，有机电视可以有效杜绝蓝光危害，更加保护视力健康。”工作人员介绍说。

值得一提的是，记者在展会上还看到了智能家居物联的先进展示。随着科技进步带来的成本下降与算力提升，普通老百姓已经可以体验到智能家居的生活环境。在展会的京东微联展区，用户可以将各种各样的智能家电产品、家居产品，如空调、灯光、窗帘进行互联互通，实现场景化的互动。此外用户还可以根据自己的需求进行个性化的场景模式定制，例如设置好“回家模式”后，一经触发，即可自动打开窗帘、打开灯，空调自动调到最适合的温度，热水器自动进入到加热状态。

沪社会工作师考试3月22日报名

青年报见习记者 陈晓颖

本报讯 2017年上海社会工作师考试将在3月22日早10时至4月10日16时在中国人事考试网或上海市职业能力考试院网站开放网络报名。

据悉，本次考试报名采用网上报名、现场审核的方式进行。考生网上信息显示为审核通过者，方可视为报名成功。

报考者须是在上海相关单位工作，具有本市户籍或持有上海市居住证的公民。申请参加助理社会工作师考试的人员，需取得高中或者中专学历，从事社会工作满4年，或者取得社会工作专业大专学历，从事社会工作满2年，或者是社会工作专业本科应届毕业生，或者为其他专业大专

学历，从事社会工作满4年，抑或取得其他专业本科及以上学历，从事社会工作满2年。

申请参加社会工作师考试的人员，还需是取得高中或者中专学历，并取得助理社会工作师职业水平证书后，从事社会工作满6年者，或为取得社会工作专业大专及以上学历或学位，从事社会工作满4年者，或者是取得社会工作专业大学本科学历，从事社会工作满3年者，或者取得社会工作专业硕士学位，从事社会工作满1年、取得社会工作专业博士学位、抑或是取得其他专业大专及以上学历或学位，其从事社会工作年限相应增加2年。据了解，专业工作年限计算截止日期为2017年6月30日。