



有尿蛋白,就是得了肾病吗

本报记者 张添怡 实习生 于沛辰

本期专家

刘娟 吉林大学第二医院全科医学科副主任,主治医师,医学博士,美国肯塔基大学博士后。擅长慢性肾脏病的综合诊治和管理等,在多病共存的慢性病患者预防、康复、保健等综合诊治方面积累了丰富的临床经验。

什么是尿蛋白

刘娟:正常人尿液中有微量蛋白,正常范围内定性为阴性,记为(-)。若尿液中蛋白质浓度超过100mg/L或含量超过150mg/24h时,称蛋白尿,尿常规定性可出现阳性。

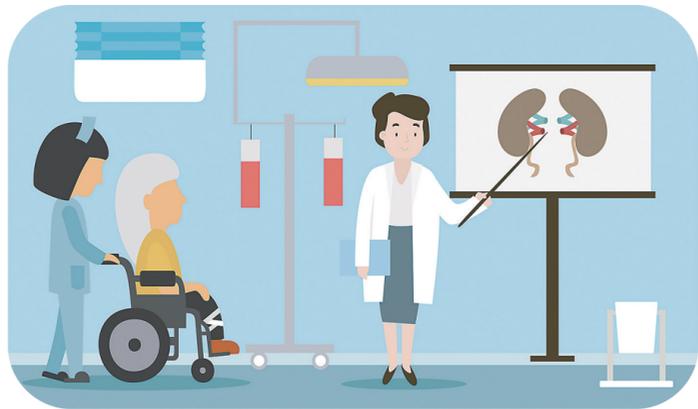
生理性蛋白尿莫恐慌

刘娟:正常人尿液中可含极少量的蛋白质,部分人在剧烈运动、改变体位、发烧、受寒等情况下也可出现暂时性的尿蛋白升高。生理性蛋白尿常见于高蛋白饮食后,精神激动、剧烈运动、长时间受寒、妊娠等,都可能出现暂时性的蛋白尿,但尿蛋白定性一般不超过1+。

尿里有泡沫就是有尿蛋白吗

刘娟:泡沫尿往往意味着蛋白尿。临床

尿蛋白,是一种重要的尿常规检测指标,即尿液中所含的蛋白质。有人说尿里有泡沫就是有尿蛋白,也有人说尿蛋白呈阳性,就是得了肾病。那么,事实真的如此吗?如何正确对待尿蛋白指标?传闻真假难分,《求是》为您去伪存真。



出现泡沫尿需常规性尿液检查排除蛋白尿,但也有不少人尿检提示尿蛋白阴性,这种情况下泡沫尿可能与以下几种因素相关。高位置,男性站着排尿,位置较高,当尿液接触空气,并混入空气,就会在入水瞬间形成泡沫;排尿急,短时间排出大量尿液,尿液喷溅水面,也容易造成泡沫;液体过少或大量丢失,尿液浓缩;尿液长时间放置或冷却后,可析出盐类结晶。建议出现泡沫尿应及时就医,进行进一步检查以明确病因。

影响体内水及电解质代谢,进而引发全身不同部位浮肿,其中以下肢浮肿为常见症状。但临床上,并不是所有尿蛋白的患者都会伴随浮肿,因为尿蛋白量与水肿程度不一定成正比。水肿的程度还取决于其他因素,如体位、活动量等。此外,某些疾病状态下,即使存在尿蛋白,也可能不会引起明显的水肿。

尿蛋白持续阳性需警惕

刘娟:尿蛋白异常最常见于多种肾脏疾病,也可见于尿路系统的感染、结石或肿瘤。如果尿蛋白持续阳性,往往代表肾

脏发生了病变,为病理性蛋白尿,故临床可依据尿蛋白阳性的多少来判定肾损伤的程度以及肾病治疗的效果。因此,出现持续异常的尿蛋白,一定要有效控制并消除,防止病情恶化进展。

哪些疾病可能出现尿蛋白

刘娟:当肾小球、肾小管发生病变时,如各期肾炎、肾病以及高血压发生肾动脉硬化时,均可出现蛋白尿;各种细菌性感染,如肾盂肾炎、肾结核、败血症等亦可出现蛋白尿;非感染性疾病,如肾结石、多囊肾、肾淀粉样变性以及休克、严重肌肉损伤、发热、黄疸、甲状腺功能亢进、溶血性贫血及白血病等,也可出现蛋白尿。此外,多发性骨髓瘤、全身性红斑狼疮、风湿性关节炎、痛风、水肿病等水银中毒、铅中毒疾病,也会出现蛋白尿。

综上所述,尿蛋白阳性不一定是得了肾病,但若尿蛋白持续阳性则需要警惕,要找专业的医生明确诊断,找到尿蛋白的具体原因,进行对症治疗。



持续关注本栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

为患儿提供更全面医疗服务

——吉大一院「组团式」帮扶青海省杂多县人民医院记事
本报记者 张添怡

日前,杂多县人民医院儿科住院部正式成立,这是杂多县首个儿科住院部,也是吉林大学第一医院“组团式”帮扶杂多县人民医院取得的成果之一。

杂多县位于青海省玉树藏族自治州西南部,距离省会西宁市最远的一个县,0—14岁儿童2.6万人,占全县总人口比例近4成,海拔4200米以上,全年气候寒冷。受气候条件严酷、饮食习惯不良、健康意识淡薄等因素影响,当地的儿童易发肺炎、腹泻等呼吸系统及消化系统疾病。

2024年7月初,按照国家卫生健康委关于医疗人才“组团式”帮扶工作的统一安排,吉林大学第一医院国家紧急救援队来到杂多县人民医院开展医疗帮扶工作。队员王立哲被任命为杂多县人民医院的儿科主任。谈到医院儿科的就诊环境时,王立哲仍记忆犹新:“这里没有独立的儿科门诊,更没有儿科病房,患儿需要转到距离200多公里的玉树州人民医院就诊,不仅如此,因为当地多为山路,行程至少需要4个小时,危急重症患儿往往因为路途遥远而延误病情。”

王立哲暗暗下定决心,一定要克服困难把医院的儿科发展起来。开设独立的儿科门诊,规范门诊工作,改善门诊服务质量……王立哲全身心投入到儿科发展工作中。功夫不负有心人,在他的带领下,儿科门诊量大幅度提升。同时,王立哲还积极推动医院危重儿童和新生儿救治中心建设,开展人员培训和儿科住院部建设。

经历选址、装修、改建,儿科病房以最快的速度改造完成。

病房有了,医疗设备怎么办?在国家卫健委扶持下,医院购买了先进的儿科诊疗设备,为住院部成立奠定了坚实基础。

为提高儿科医务人员技能水平,王立哲只要有空闲时间,便组织儿科实践技能专业培训。还通过“师带徒”传帮带的形式在门诊“一对一”教学,同时开展科室业务学习,系统培养了3名儿科医生。

2024年11月19日杂多县人民医院儿科住院部开诊后,得到当地群众的广泛关注与好评。许多家长说,极大方便了孩子就医,解决了以往看病难、看病远的问题。

王立哲表示,儿科病房的成立,不仅能更好地满足当地患儿的就诊需求,降低转诊率,让患儿在家门口就可以享受到诊疗服务,同时更有助于完善医院学科建设,向专业化方向发展。

“看着崭新的办公室、温馨的病房,我们的内心充满了激动和喜悦。看到藏族同胞脸上露出笑容,付出的所有辛苦都值得!”王立哲说,接下来将全力建设危重儿童和新生儿救治中心,继续做好“传帮带”工作,留下一支带不走的优秀儿科人才队伍,造福当地更多的患儿。

吉林省菌物学会成立

本报讯(记者张鹤)日前,吉林省菌物学会成立大会在吉林农业大学召开。会上举行了吉林省菌物学会揭牌仪式,李玉院士受聘学会“终身名誉理事长”。

此次成立的吉林省菌物学会作为我省菌物领域的重要学术交流、成果展示和合作创新平台,将汇聚来自全省乃至全国的菌物科学研究者、教育工作者、产业界人士的智慧与力量,成为探索菌物科学奥秘、推动学科发展的新舞台,以及连接“产学研”各环节的桥梁和纽带,对于进一步推动吉林食用菌产业发展必将起到积极的促进作用。学会成立后,将秉承办会宗旨,坚持民主办会,彰显人才荟萃、联系广泛的优势,团结带领全省广大菌物科技工作者,多方面发力,奋力开创吉林菌物产业发展新局面。

据介绍,近年来,我省以李玉院士为主导的菌物科研团队,创建了“一区一馆五库”的菌物保育体系,提出了“木腐菌草腐化”的创新理论,破解作物秸秆基质化利用技术难题,构建了“食用菌主食化和全株高值化综合利用”的新思路。同时,创造性地提出了“南菇北移”“北耳南扩”的食用菌产业发展新战略,探索出“科技专家+示范基地+农业技术员+科技示范户+辐射带动农户”食用菌“五位一体”科技扶贫新模式。吉林农业大学还创立了“专科、本科、硕士、博士、博士后”完整的菌物学科专业人才培养体系,为我国菌物学科和食用菌产业发展作出了突出贡献。

吉林工程技术师范学院获国际大奖赛金奖

本报讯(记者张鹤)日前,吉林工程技术师范学院生物与食品工程学院葡萄酒研发工程研究中心与吉林省华信葡萄酒厂合作开发的冰红与冰白葡萄酒,在第27届 IGC 国际葡萄酒大奖赛中荣获金奖1项、银奖1项,这是继第25届 IGC 国际葡萄酒大奖赛中获铜奖后,该校再次获奖,标志着该学校冰葡萄酒酿造水平实现进一步提高,达到了世界一流水平。

据介绍,本届获奖产品为学校生物与食品工程学院陈长武教授及合作团队共同研发完成,获金奖的“冰红葡萄酒”选用吉林省农作物品种委员会审定通过的特色山葡萄酒品种北冰红葡萄,经多年技术攻关,精心酿造而成。酒体色泽深宝石红色,具有浓郁的蜂蜜和杏仁复合香气,口感醇厚,余味优雅;获银奖的“冰白葡萄酒”是继在第25届 IGC 葡萄酒大奖赛中获铜奖后再次获得银奖,冰白葡萄酒,酒体色泽金黄、晶莹剔透,口感醇厚,余韵悠长。

国际葡萄酒与烈酒大奖赛(简称 IGC)是中国最权威公正的葡萄酒大赛,也是中国酒类行业的顶级赛事之一。此次获奖也表明吉林工程技术师范学院在产学研深度融合中取得了一定的成果,体现了教师在科研与教学、成果转化方面,紧跟社会和企业发展方向,不断进行关键技术攻关创新。

走进智趣生活

冰雪运动点亮青春梦想

本报记者 郑玉鑫

堆雪浇冰,变操场为冰场,将课堂开设在冰天雪地中。

在吉林松花江中学的操场上,一排挡板环绕间已浇筑出一块1800平方米的冰场。吉林松花江中学校长董双峰介绍:“学校从2015年组建吉林市中小学第一支冰球队,每年11月冰场浇筑完成后,基础阶段就会开展每周一节滑冰课、一节冰雪活动课,深受同学们欢迎。”

冰场上,学生们穿戴好护具后,体育教师兼冰球教练彭毅带领学生进行上冰前热身。他介绍:“学校每天上冰达500人次,在校学生经过体育课上的训练,大部分已熟练掌握了滑冰、滑雪技能。”踏上冰场后,有的学生三两搀扶在边缘“蹒跚学步”,有的学生俯身压低重心,在冰刀变换间感受速度之美。

冰雪氛围浓厚、开展冰雪运动课程的时机较早,使得吉林松花江中学冰球队全国闻名。2024年中国中学生冰球锦标赛全国高中男子组季军;2023年“逐梦冰雪·拥抱未来”全国校园冰雪运动系列竞赛中学生冰球锦标赛初中组季军、高中组全国第四名;2021年吉林省青少年冰球锦标赛女子甲组冠军……获得诸多奖项的同时,学校更加重视冰雪后备人才的培养。

高三的学生刘家旭早在初中阶段就开始接触滑冰,之后加入校冰球队。“入选校冰球队后,每天都要保证5个小时左右的训练时长。夏季学校安排了轮滑球课程和比赛,冬季则转移到学校冰场或者吉林市冰上运动中心进行战术演练及训练赛。”刘家旭说,虽然平日训练很辛苦,但是在赛场上,

队友的鼓励和对胜利的渴望都让他热血沸腾。

夜幕降临,吉林市冰上运动中心灯火通明,黑色的小球在冰面上与球棍相互碰撞,发出“砰砰”声。刘家旭接到队友的传球,闪转腾挪间便已靠近对方球门,猛地一发力,冰球便精准地射门,随后队友们的欢呼和敲击头盔的声音响彻冰场。“冰球这项运动,让我的高中生活变得与众不同。之前校队的学长学姐,有的进入了国家队,有的进入了优秀的大学,我也会将这项热爱的运动坚持下去。”

吉林松花江中学作为国家级冰雪特色学校,专门配备有滑雪教练、高山滑雪教练、冰球教练、速滑教练。同时以学校13名体育教师作为兼职教练,负责冬季冰雪体育课教学。在冰雪场

地和设施器材方面,学校建设了一块标准冰球场、一块标准越野滑雪场,并为各年龄段学生配置冰球刀300余双、越野滑雪板30余副……

“近年来,省市各级教育部门大力实施‘百万青少年上冰雪’行动,将寒假的第一周作为‘雪假’。吉林市教育部门在寒假前与各大雪场联合,以学校为单位组织中小学生学习冰雪研学活动,并开发冰雪运动教材,在全市推行,营造了浓厚的冰雪运动氛围。”吉林市教育体育局体卫艺处处长赵树林表示,未来,将有更多的孩子喜欢冰雪运动、参与冰雪运动,将校园冰雪运动打造成一道亮丽的风景线。

教育“活力+

一院一品 润物无声

本报记者 刘晓娟

文化润心,育人无声。长春师范高等专科学校坚持顶层设计,精心布局,多方协同,深入实施“一院一品”工程,将文化育人理念浸润校园每个角落,助力学生健康成长。

学前教育学院打造“责任工程”“堡垒工程”“智慧育人工程”及“桃李青马工程”,组建15支专业教师教学创新团队,鼓励学生积极参与劳动教育、读书会、技能竞赛等多种形式的活动,在潜移默化中提升学生综合素质。

初等教育学院举办诗词诵读、红色舞台剧、非遗进校园、校园艺术墙绘等活动,创立了“青鸟手创”工作室,学生制作的剪纸、扎染、国画等美术作品广受赞誉。2024年,学院“音悦”合唱团作品荣获长春市第二届市民合唱季音乐盛典一等奖,展现出青年学生以梦为马、不负韶华的青春风采。

信息技术学院以“追光”为主线,开展“四个照亮”活动,打造“烛光追梦”特色文化品牌,成立中旭信息产业学院,实现“教学”与“职业”无缝对接,构建适应数字经济发展的专业群,实现“育人”与“用人”的高效衔接。

马克思主义学院组建思政教师、大学生宣讲队伍和学院宣传队伍,举办大学生讲思政课比赛、我心中的思政课微电影作品评选、时政新闻评论大赛,制作推出“学习党的二十大精神微宣讲100讲”。同时,学院构建了“三长+大学生志愿者”社区治理新模式,学生走进课堂和基层社区开展宣讲党的创新理论300余场,50多个学生团队、300余人走进省内“大思政课”实践教学基地,创新讲授“行走的思政课”。

特殊教育学院构建了覆盖“一老一小+青年”全生命周期服务的“一主三心”育人模式,组建了爱心服务团队、青衫支教团队、康年养老服务团队。目前,青衫支教团队、康年志愿者团队累计开展志愿服务超5000小时。

信息技术学院将追光文化融入师生社会实践,“薪·光”志愿服务队累计开展志愿服务活动时长5410小时,获得市级“优秀团队”称号1项,“优秀指导教师”1人。

一院一品展风采,一隅一隅皆育人。如今,通过“一院一品”活动创建,长春师范高等专科学校校园更有生命力和成长力,文明的种子在师生心中生根、发芽、开花,结出累累硕果。

关键时刻,她再次挺身而出

本报记者 毕雪

近日,在长春市朝阳区清河街附近,一位老人突然倒地昏迷不醒。紧急时刻,一位好心人冲入人群立即对其进行施救。而这一幕,恰被路人拍下来传到了网络平台。后经寻找得知,这位好心人正是吉林大学第一医院心血管病诊疗中心护理平台主管护师赵慧娟。

当天到底是怎么回事?记者来到吉大一院进行了详细了解。

在医院走廊转角处,记者看到赵慧娟,她刚从病房走出来,额前的碎发被汗水浸湿。

赵慧娟回忆起救治老人的过程。那天是休息日,赵慧娟在去菜市场的路上,看到一位老人晕倒在地,于是她立即跑过去为老人查体,老人牙关紧闭,没有自主呼吸,颈动脉没搏动。赵慧娟立即为老人做了心肺复苏,并让路人帮忙翻老人包内是否有药,能否联系其家属。几分钟之后,老人稍微有了反应,这时救护车也赶到了现场,但其家属还没联系上,她不放心的老人情况,又跟随救护车将老人一同送往邻近的吉大一院。在救护车上,她协助医护人员进行紧急处置,并拨打110报警。抵达医院

后,她又向急诊医护人员交代了老人的情况后离开。

回家的路上,赵慧娟还在惦记,寻找老人家属。“我有个小区群,抱着试一试的想法将老人扫码的身份照片发到了群里,并简单描述了老人当时的情况。”她说,没想到群里一位社区工作人员正好认识这位老人,马上帮忙联系了其家属,赵慧娟也终于放心了。

谈及当时救人想法时,赵慧娟诚恳地说:“这是我应该做的,每一名医护人员遇到这种情况,都会往前冲。抢救生命的黄金时间就在那短短几分钟。”

这不是赵慧娟第一次在路上救人。2022年10月,休假的赵慧娟曾在一景区及时救助过一位突发心脏病的老人。当时,她身穿旗袍跪地救人的事儿,曾被央视等多家媒体报道,网友也纷纷为她点赞。

“赵慧娟平时特别朴实,救人的事儿,我们还是在网上得知的。”吉大一院心血管病诊疗中心护理平台副护士长丰小星说,日常工作生活中,她也特别乐于助人,她的这种高尚品质,也一直感染着团队的每个人。