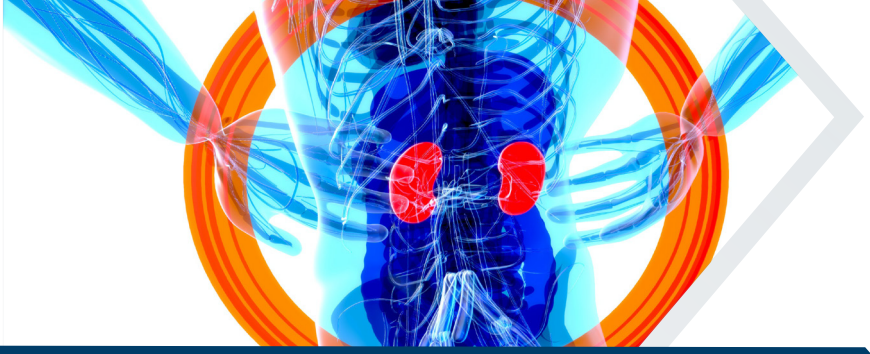

Health Resource Directory | South Western Sydney

健康状况信息单
2023年2月发布

急性肾损伤

这是什么?

急性肾损伤是一种肾脏损伤,会在几小时到几天内迅速发生,会影响肾功能,使肾脏难以过滤血液中的废物。

常见迹象包括浮肿、上厕所次数少于正常情况、呼吸急促、恶心和疲劳。急性肾损伤在病情严重、患有肾脏疾病、患有慢性疾病或年龄超过65岁的人群中更为常见。治疗包括进一步的检查、输液、药物及有时透析。

家庭医生现在会做些什么?

家庭医生可能会尝试查找急性肾损伤的原因并进行治疗。医生可能需要将你转介给专家。医生还可能:

- 进行肾脏功能检查,如血液和尿液检查
- 检查你的用药情况
- 检查体液水平
- 检查血压

家庭医生将来会做什么?

家庭医生将在两到三天内再次见你,以检查你的血压、肾功能和体液水平。医生将进行血液检查和尿液检查,以检查肾脏健康状况。如果找到原因,肾功能通常会在一到两周内恢复正常。可能需要长达八周的时间才能完全改善。

如果出现以下情况,家庭医生可能会将你转诊给称为肾脏专科医生的专家:

- 治疗没有任何效果
- 出现并发症
- 你患有晚期肾病,可能需要透析

接受治疗后,家庭医生可能会每年见你一次进行肾脏健康检查。如果你确实去看了肾脏专科医生,家庭医生可能会及时了解你的进展并帮助管理你的健康。

我能做些什么?

康复后,家庭医生可能会建议你改变饮食以支持肾脏健康。遵循家庭医生关于健康饮食的建议。向家庭医生咨询见营养师,营养师可以帮助查看你的饮食情况,并建议你应该吃以及应该避免哪些食物。一般性肾脏健康小贴示包括:

- 避免高盐食物
- 限制在食物中添加的盐量
- 戒烟
- 限制饮酒
- 多喝水(每天至少两升)

如果你有肾脏问题,有一些食物是要避免的。家庭医生可以给你更多这方面的建议。健康的生活有助于减少风险因素。

一定要吃健康的饮食,并把血压保持在正常范围内。保持健康的体重,每晚睡八小时,降低压力水平。

与家庭医生讨论好转后应该多久进行一次检查。询问家庭医生,如果开始感觉更糟,应该怎么做。

急性肾损伤

都有哪些支持?

悉尼西南区本地卫生区肾脏病诊所

家庭医生可能会将你转诊到肾脏科诊所接受专科护理。诊所位于Bankstown、Campbelltown、Fairfield和Liverpool等医院。这些诊所以多种方式帮助管理肾脏疾病。这些诊所提供称为肾脏专科医生的专家，以及：

- 患者教育
- 透析前护理和透析服务
- 移植管理
- 临床试验
- 精神健康支持（临床心理学）
- 营养支持（营养学）

私人肾脏专科医生也是一种选择。请家庭医生为你转诊。

我可以问医生什么问题?

- ☐ *如何保护肾脏?*
- ☐ *需要服用哪些药物?*
- ☐ *我有患慢性肾病的风险吗?*
- ☐ *需需要避免任何食物或饮料吗?*
- ☐ *应该多久见一次医生进行随访?*
- ☐ *需要多长时间才能改善?*

在哪里可以了解更多信息？

- **澳大利亚肾脏健康协会** – 急性肾损伤：kidney.org.au

本信息供获得医生诊断的人浏览。本信息不旨在用于诊断疾病或替代持续的医疗护理。

健康资源目录信息单获得悉尼西南区PHN的社区咨询委员会和本地家庭医生的认可。

phn SOUTH WESTERN SYDNEY
An Australian Government Initiative