



狼疮和肾脏

狼疮以不同的方式影响不同的人。许多狼疮患者的肾脏有问题。

狼疮如何影响肾脏？

你的肾脏过滤掉血液中的废物和多余的水分来制造尿液（小便）。它们还有助于控制血压，保持血液中盐分，酸和矿物质的平衡。

狼疮可引起称为狼疮性肾炎的肾脏疾病。狼疮性肾炎是使肾脏发炎而停止工作。当肾脏不能正常工作时，废物会在血液中累积，而体内也会累积多余的水分。

狼疮性肾炎的症状有哪些？

在狼疮性肾炎的早期阶段，你可能不会注意到任何症状。随着疾病恶化，它可能会导致以下症状：

- 肿胀（通常在脚，脚踝，腿或脸）
- 泡沫尿（小便）
- 比往常更频繁地小便，特别是在晚上
- 高血压

泌尿系统的其他问题

除了狼疮性肾炎外，狼疮和狼疮治疗会增加泌尿系统（制造小便的系统）中其他问题的风险，如尿路感染（urinary tract infections, UTIs）。

你的医生可以进行检查你的泌尿系统中的问题是否由狼疮本身引起的，或者是由治疗狼疮的药物引起的。

什么是炎症？

炎症通常发生在你的免疫系统对抗感染或受伤时。但是狼疮会让你的免疫系统攻击健康的组织，而这会导致许多不同身体部位的发炎。肿胀是肾脏发炎的常见症状。

Help Us Solve
The Cruel Mystery

LUPUS[™]

FOUNDATION OF AMERICA



请注意，你所服用的任何狼疮药物都有副作用。请与你的医生讨论你正在服用的药物需要注意什么变化。如果你有任何副作用，请立即告诉你的治疗团队。

找出你是否患有狼疮性肾炎

由于狼疮性肾炎最初可能不会引起任何症状，因此狼疮患者接受肾脏检查是很重要的。肾脏病专科医生可以检验你的泌尿系统是否有狼疮性肾炎或其他相关问题。

你可能需要不同类型的检验，包括：

验尿：检查尿液中的血液和蛋白质

验血：检查你的肾脏从血液中过滤废物的程度

肾脏活体组织切片检查：检查肾脏组织中的发炎和肾脏的组织硬化

找到正确的治疗计划

肾脏问题可以很严重，但是有许多药物可以治疗它们。你的医生可以帮助你找到适合你的治疗计划。

如果你的肾脏问题导致肾功能衰竭，你将需要一种称为**透析**的治疗方法。透析使用机器过滤血液中的废物和多余的水分。你可能还需要肾脏移植。

健康饮食

选择健康的饮食有助于保护你的肾脏，并控制狼疮性肾炎和其他肾脏问题的症状。

请尝试以下步骤：

吃少钠(盐)的食物，有助于控制血压，减少肿胀

吃含少量有蛋白质的食物，如肉类和乳制品

减少含有饱和脂肪的食物

如果你喝酒，只能适量饮酒

如果你有严重的肾脏问题，你可能还需要限制饮用的液体量或食物中某些矿物质的含量。请与你的医生合作制定适合你的计划。

经常使用非甾体类抗炎药 (non-steroidal anti-inflammatory drugs, NSAIDs)，如布洛芬，可导致肾脏损害。如果你有肾脏问题，请与你的医生讨论如何在不使用NSAID的情况下治疗与狼疮相关的炎症。

NATIONAL

**Resource Center
on Lupus**

by Lupus Foundation of America

有关狼疮的更多信息，请访问狼疮国家资源中心：

[Lupus.org/Resources](https://www.lupus.org/Resources)