

视力突然模糊 可能患了肾病

“医保健康大讲堂”第四期昨开讲，十招教你保护肾脏



□记者 记者 杨璐

生活日报11月18日讯 18日,由济南市社会保险事业局和本报联合举办的医保健康大讲堂第四期公益讲座开讲,山东省千佛山医院肾内科主任许冬梅就肾脏功能、肾脏病与心血管疾病、糖尿病和骨质疏松的因果关系,提出预防肾脏疾病的十大要诀。

18日下午,联勤宾馆大礼堂几乎座无虚席,本报近200名读者在现场聆听专家的讲解。

“慢性肾脏病是‘沉默的杀手’,一开始症状不明显,等发现时已经是尿毒症了,而且治疗费用高,每例患者每年透析费用约10万元。”许冬梅在讲座上说,肾脏病患病人数多,一定要重视。

肾脏病还与其他常见慢性病有关,讲座上,许冬梅还特别介绍了肾脏病与心血管疾病、糖尿病和骨质疏松的因果关系。

许冬梅在讲座上说,要像关心心血管疾病那样关心肾脏疾病。糖尿病与肾脏病的相关性也不容忽视。II型糖尿病患者肾病发生率为10%~30%,而且随年龄、病程延长,肾病危险性上升。此外,随着慢性肾脏病的进展,患者将发生肾性营养不良——骨质疏松。

据悉,专家大讲堂还将举办以宣传疾病预防常识为主的讲座。



读者纷纷围住许冬梅咨询肾脏疾病防治办法。 记者 杨璐 摄

专家说法

记住十大要诀 保护你的肾脏

“哪些信息提示可能患了肾脏疾病?”现场,很多读者都有这个疑问。

许冬梅表示,首先看尿。如果发现血尿、浓尿或是漂着一层沫可能是蛋白尿。去厕所的次数也要留心。常有尿意但排尿量少,夜间上厕所超过3次,尿量大30分钟就要上一次厕所,排尿时剧痛。这些需要多留心。

“感冒也要注意。”许冬梅表示,在感冒或扁桃体炎的1到2周

之后,全身无力,开始头疼,可能是急性肾炎。若是全身无力浮肿,“一按一个坑”,脸色苍白,小心可能是慢性肾炎。

“视力突然模糊,可能得了肾病。”许冬梅还提醒,肾脏病发病中会造成视力障碍。“视力障碍的形成是肾脏病造成血压上升,影响到视网膜,以致眼底发生变化。”

那么,如何保护好肾脏,远离肾脏疾病呢?许冬梅提出了预防肾

医保解答

尿毒症透析 可按比例报销

自今年4月1日起,济南市对城镇职工基本医疗保险门规病种实行分类管理,将“恶性肿瘤的治疗”、“尿毒症患者的透析治疗”、“器官移植患者的抗排异治疗”、“精神病”4个病种列为I类。I类病种可以享受以下优惠政策。

第一,参保人单独申报I类病种的,办理时限为自查体之日起20日内办结。

第二,I类病种不负担起付标准,可直接由统筹基金按规定比例支付。

不过,参保人如同时患有其他门规病种,在诊疗其他病种时仍需按定点医疗机构级别负担相应的起付标准。

脏疾病的十大要诀:定期做体检;预防和积极治疗高血压、动脉粥样硬化和糖尿病;保护会阴干净,及时排尿,预防泌尿系统感染;预防感冒、扁桃体炎、伤寒、脓包疮等肾脏病的前驱病;戒烟限酒,养成良好的生活习惯;不随意乱用药,特别是一些肾毒性药物;少食盐,多饮水;多吃蔬菜、水果,合理膳食;适当运动,改善血液循环,如运动后,尿中出现蛋白或血,要检查肾功能;保持乐观,心理平衡。

济南依法撤销 28家社会团体

□记者 郭学军

日前,济南市民政局对包括济南宠物协会、济南市陶瓷协会在内的28家社会团体做出撤销登记的决定。此次撤销的社会团体,均由于没有按规定参加年检,或连续两年年检不合格,或不能按规定完成整改。

根据有关规定,这28家社会团体应自被撤销之日起30日内依法进行清算,并在清算完成后到济南市民政局办理注销登记手续。

28家被依法撤销的社会团体名单

济南第二机床厂职工技术协会	济南市技工教育协会
济南市职工文化体育协会	济南数字科技贸易商会
济南市航空运动协会	济南市环保科技发展促进会
济南市陶瓷协会	济南市民营科技促进会
济南纺织教育协会	济南市星火企业家协会
济南市菱镁制品行业协会	济南市经济体制改革研究会
济南市企业集团联合会	济南市走进自然环保志愿者协会
济南市棉纺织行业协会	济南市中草药产销协会
济南市工业进出口企业协会	济南市肢体残疾人协会
济南市市场营销学会	济南黄龙搏击俱乐部
济南市国际标准舞协会	济南市职工技术协会
济南市灯谜协会	济南化肥厂科学技术协会
济南宠物协会	
济南市爱护动物协会	
济南市新闻学会	
济南国际人才交流协会	

生活日报

分类广告

贴近生活 服务民生

电话: 85196183 85196489 85196199

地址: 经十路16122号山东报业大厦2楼

空调移修 格力厂家移修 美的厂家移修 各品牌空调移机维修 正规88589786海尔 三联海尔低价移修 厂家专车移修 格力专业移修回收 空调专业移机维修 格力售后移修空调 ◆专车拆装移修82252221 ◆30拆装修67666002 专业钻孔 ◆钻孔58592728	市中区搬家 退伍军人搬家 齐鲁搬家市内长途最低 搬家服务 ◆历山路86837050 ◆大众 86769668 退伍老兵搬家 相亲大会 爱尚旅途 相亲旅游工作室 12月1日周日温泉一日游 先做朋友,后做恋人 相亲交友+放松旅游 让您一天结识N多好朋友 免费注册登记: 88346929 88346808 相亲旅游报名: 88342728 88346697 女29/165硕士高校老师大方有气质 男39/180本科省审计厅公务员,有婚房稳重 女50/165本市处级公务员气质好善良漂亮 地址:济南市中区马鞍山路56-3号 四楼红绣球(新世界商城对面)	管道服务 ◆专业地暖清洗81850368 ◆专通下水道81879188 ◆疏通队 69915888 专业疏通改道修换马桶 老工人防水疏通改道 换铁管、修水管、厕所、钻孔; 低价保通67882265 超低价疏通改下水道 诚信贷款咨询 ◆资深律师18653162121 周易起名 ◆会长起名风水88017001	历下区搬家 ◆山师 82578618 平顺搬家公司 正规老兵搬家公司 理财投资 ◆资深律师18653162121 周易起名 ◆会长起名风水88017001	家政服务 ◆保洁 58756646 芬达家政公司 钟点工、病陪67860163 15963107876 法律服务 ◆资深律师18653162121 周易起名 ◆会长起名风水88017001	老年公寓 免费试住高档宾馆式 老年公寓 金鹤老年公寓 综合转让 转让全国知名连锁品牌火锅店 友情提示:请交易双方妥善查验对方的相关手续和有效证件,本刊信息不作为承担法律的责任和依据。	家务便民 福港家政 爱心家政擦玻璃 退伍军人高价回收:
--	--	---	---	--	---	---

今生玉缘

正规婚介 诚信服务 信息量大 成功率高

短信13305411860 聘红娘 QQ1526358898

男: 68/173表偶公务员独居房88340216

65/176银行退休薪丰有房88340217

55/174表偶省事业在编房88340218

49/178私企法人名车房优88340219

45/176司法警察薪丰车房88340220

41/178硕士省机关公务员88340221

36/177营级军官英俊薪丰88340216

34/178硕士海归法人车房88340219

33/180高校管理英俊有房88340217

30/176武警军官薪丰有房88340218

29/176机关事业单位车房88340221

28/180硕士省机关公务员88340220

女: 65/163表偶企退无孩有房88340221

59/165退休教师朴实随和88340220

55/162企退无孩有房上房88340216

46/161表偶村妇寻农村男88340217

45/163靓丽法人名车豪宅88340218

40/164机关公务员车房优88340219

36/164不育金融寻带孩男88340221

32/167军转公务员薪房优88340220

31/163金融高管靓丽车房88340216

29/165硕士文雅钢琴教师88340217

28/163靓丽教师觅50下男88340219

26/166银行在编清纯文静88340218

重点推荐:25/172靓丽模特觅成功男士88340215

地址: 泉城路180号齐鲁国际大厦7楼D区702A

大爱馨缘谷

免费 征婚 交友 郊游 婚庆 庆典

QQ:837056883 编辑短信:13589049697必回

11月24日举办 相亲联谊派对。

女25/167 教师在编薪丰有房

男34/174 私企法人千万资产帅气

免费每周三、周 0531-88340017 0531-88341067

五相亲见面会。

女25/168会计薪丰气质优雅 88349697

女28/164事业单位有房有车 88341067

女31/166经商有车房收入丰 88340027

男28/178本软件有车房帅气 88349697

男36/175军官薪丰车房具备 88341067

男46/175私企法人名车房优 88340027

男51/173国企高管薪丰车房 88349697

每天10点前6名 带证件免费登记

地址: 济南市历城区花园路83号洪家楼广场东北角

承办婚庆庆典礼仪 0531-88340057