

关注肾脏健康 夯实全民健康基础

认识与防治慢性肾脏疾病

□ 侯瑾泓 李康康

肾脏是人体重要的代谢与内环境调节器官，承担着清除代谢废物、维持水电解质平衡及参与血压调控等关键功能。近年来，随着人口老龄化进程加快以及生活方式变化，慢性肾脏疾病患病率呈上升趋势，已成为影响公众健康的重要慢性疾病之一。然而，由于起病隐匿、早期症状不典型，肾脏疾病常被忽视，延误诊治。

早期表现隐匿 提高警惕意识

慢性肾脏疾病在早期阶段多无明显不适，部分患者仅在常规体检中发现异常。但临床上仍存在一些可供识别的“信号”。例如，尿液中泡沫增多可能提示蛋白尿，尿色异常需警惕血尿，夜尿次数增加或晨起眼睑、下肢轻度水肿亦应引起重视。此外，乏力、食欲减退及血压升高等非特异性表现，也可能与肾功能受损相关。

聚焦重点人群 强化筛查管理

糖尿病、高血压、肥胖人群以及有肾脏疾病

家族史者，是慢性肾脏疾病的高危群体。同时，长期不规范使用止痛药物或某些中草药，也可能对肾脏造成潜在损害。针对上述人群，应加强健康管理意识，定期开展尿常规、血肌酐及尿白蛋白等基础筛查，以实现疾病的早发现、早干预。

坚持规范防治 延缓疾病进展

慢性肾脏疾病具有进展性特征。早期阶段通过科学干预可有效延缓甚至阻断病情发展，而进入晚期后治疗难度显著增加。因此，应坚持“早筛查、早诊断、早干

预”的防治原则。在治疗过程中，应围绕病因进行综合管理，如严格控制血糖、血压水平，合理使用药物，并在专业医师指导下进行长期随访与评估。

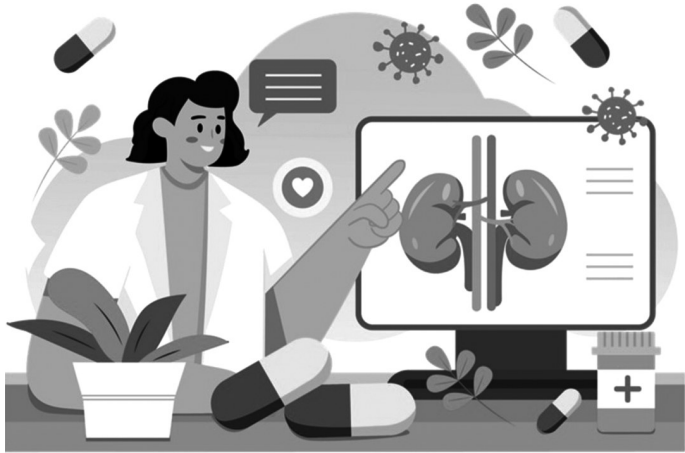
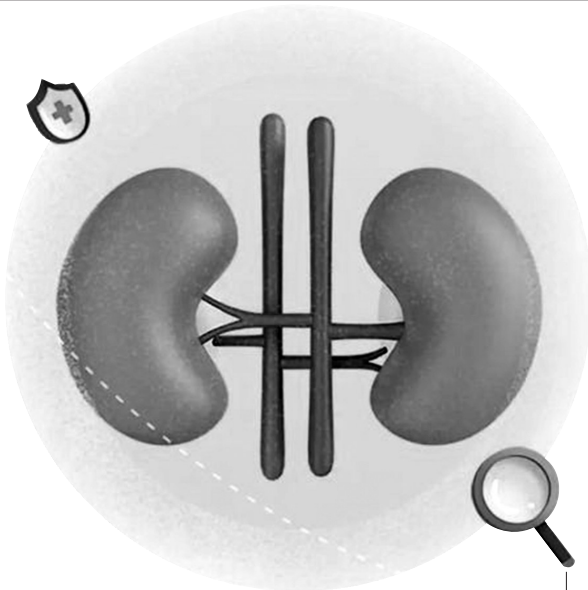
倡导健康生活方式 构筑防控基础

良好的生活方式是预防慢性肾脏疾病的重要基础。公众应控制食盐摄入，避免高盐饮食；合理安排膳食结构，保持适量蛋白摄入；同时，养成规律作息，避免长期熬夜。此外，适度运动、控制体重、缓解心理压力，对于维护肾脏功能同样具有积极意义。

结语

肾脏疾病虽进展隐匿，但并非不可防控。通过普及健康知识、加强筛查意识及改善生活方式，可有效降低疾病负担。推动肾脏健康管理关口前移，对于提升全民健康水平、实现慢性病防控目标具有重要意义。

(作者单位：山西中医药大学)



安全无小事 责任重如山



山西省文物保护条例

2025年6月4日山西省第十四届人民代表大会常务委员会第二十一次会议通过

总则

第一条

为了加强对文物的保护，根据《中华人民共和国文物保护法》《中华人民共和国文物保护法实施条例》等法律、行政法规，结合本省实际，制定本条例。

第二条

本省行政区域内文物的保护、研究、利用、监督管理及其相关活动，适用本条例。

第三条

文物工作坚持中国共产党的领导，坚持以社会主义核心价值观为引领，贯彻保护为主、抢救第一、合理利用、加强管理的方针。

第四条

县级以上人民政府负责本行政区域内的文物保护工作，将文物保护事业纳入本级国民经济和社会发展规划，加强文物保护机构和队伍建设，建立健全文物保护工作机制，研究解决相关重大问题。

乡镇人民政府、街道办事处按照职责，做好文物保护相关工作。

村民委员会、居民委员会协助配合当地人民政府以及文物行政部门做好文物保护工作。

第五条

县级以上人民政府文物行政部门对本行政区域内的文物保护实施监督管理。

县级以上人民政府发展改革、公安、财政、自然资源、生态环境、住房和城乡建设、农业农村、文化和旅游、应急管理、市场监督管理、宗教、消防救援等其他有关部门，在各自职责范围内做好文物保护相关工作。

第六条

县级以上人民政府应当将文物保护所需经费列入本级财政预算，确保文物保护事业发展与国民经济和社会发展水平相适应。

国有博物馆、纪念馆、文物保护单位等的事业性收入，纳入预算管理，用于文物保护事业，任何单位或者个人不得侵占、挪用。依托文物保护单位设立旅游景区经营收入，应当优先用于文物保护。

鼓励社会资本依法参与文物保护，通过捐赠等方式依法设立文物保护社会基金，专门用于文物保护，任何单位或者个人不得侵占、挪用。对文物保护事业公益性捐赠的，依法享受税收优惠。

第七条

各级人民政府应当重视文物保护事业的发展，贯彻落实保护第一、加强管理、挖掘价值、有效利用、让文物活起来的工作要求。

第八条

各级人民政府应当加强文物保护的宣传，提高全社会文物保护意识。

博物馆、纪念馆、文物保管所、考古遗址公园等有关单位应当开展文物保护宣传教育。

广播、电视、报刊、互联网等媒体应当加强文物保护的公益宣传，普及相关知识。

第九条

对在文物保护工作中做出突出贡献的单位和个人，按照国家和省有关规定给予表彰、奖励。(未完待续)

来源：山西省文物局

