

阅读提要

■据中国疾控中心，2023年4月1日发布的我国第六次慢性肾脏病流调报告数据显示，目前我国慢性肾脏病患者率为8.2%。根据中国医师协会肾脏内科医师分会的数据，截至2022年底，我国有100万人接受透析治疗。

■高杰（化名）是从2018年开始进行透析的，“从开始透析后，我的生活就陷入了周而复始的节奏里，每周三次，在固定的时间去医院透析，比上班还要准时，好像透析就是为了活着，活着就只有透析。”

■“那时，我们更骄傲和自豪的是患者的透析质量有多高，但在患者的生活质量上并没有太多的尝试。”应急总医院肾内科主任许焱说，也是自那时开始，医院开始探索这一模式，2018年，组织了第一批符合标准的肾透析患者外出旅游。

边透析边旅游

100多名透析患者行程三万多公里

健康时报记者 王艾冰 孔天骄

“女士们、先生们，我们的飞机将于20分钟后抵达三亚凤凰国际机场，三亚被称为东方夏威夷……祝您旅途愉快。”这一常规的航班着陆播报，对于64岁的贾爱玲（化名）而言异常陌生，自20年前确诊为尿毒症以来，这是她第2次离开北京，第1次是前往山东某三甲医院进行肾移植手术。

和贾爱玲一起前往海南的还有8位尿毒症患者和北京华信医院血液透析一区护士长李黎。这已经是李黎多次作为专业医护人员陪同尿毒症患者旅行了，自2018年开始，北京华信医院、应急总医院已经携手带领100多名肾透析患者走了3万多公里。

下飞机后，贾爱玲深吸一口气，兴奋得像个孩子。确诊尿毒症后，贾爱玲的人生好像被“禁锢”住了，“一周3次透析，隔一天去一次，开始透析以后，我的人生好像就只在医院和家来回徘徊。”

在我国，和贾爱玲一样被“禁锢”的约有100万人。据中国疾控中心，2023年4月1日发布的我国第六次慢性肾脏病流调报告数据显示，目前我国慢性肾脏病患者率为8.2%。根据中国医师协会肾脏内科医师分会的数据，截至2022年底，我国有100万人接受透析治疗。

“透析是为了活着，活着只有透析”

在三亚之旅中，贾爱玲是透析年限最长的，所以大家格外关照这位“老姐姐”。来自北京市朝阳区的高杰（化名）记得贾爱玲下飞机时的兴奋，“老姐姐一直在笑，不停地跟我们说‘出来真好呀’。”

“我很能感同身受。”高杰（化名）告诉记者，他是从2018年开始进行透析的，即使只有6



应急总医院肾内科主任许焱（右）鼓励病友回归社会。

受访者供图

年，他也在飞机落地的那一刻感受到了不一样的“空气”。“从开始透析后，我的生活就陷入了周而复始的节奏里，每周三次，在固定的时间去医院透析，比上班还要准时，好像透析就是为了活着，活着就只有透析。”

肾透析又称血液透析，郭晓翠等人2023年11月发表在《临床荟萃》中的文章“慢性肾功能衰竭患者血液透析后生活质量的研究进展”中指出，血液透析是治疗慢性肾衰竭的方法之一，能有效纠正水、电解质及酸碱平衡紊乱并清除体内毒素，是一种快速且有效的治疗方式。

“需要肾透析的主要病因包含糖尿病肾病、慢性肾小球肾炎、高血压肾损害、多囊肾等一系列原发或继发肾脏疾病引起的肾衰竭。”应急总医院肾内科主任许焱告诉记者，一般情况下，一旦患

者需要透析，基本上都需要一周3次左右，如果不能按时透析的话，患者就可能面临一些危及生命的情况，如水负荷过重所致的心力衰竭或呼吸衰竭、高钾血症引起的致命性心律失常或心跳骤停等问题。

高杰有一次因为工作原因，耽误了一天没有按时透析，“到了晚上我感觉整个人都是肿的，坐立不安，稍微活动一下就呼吸不畅，特别痛苦。”高杰回忆，那一晚，他没睡几个小时，第二天早早地便赶到医院，正是有了这次经历，他再也不敢耽误透析。

“‘被绑住’‘被困住’是肾透析患者用得最多的词语。”北京华信医院肾内科副主任医师周敏平均每年接诊上万例肾透析的患者，她提到，对他们来讲，生命和享受生活品质好像就是两个矛盾的概念。

从关注患者透析质量到关注患者生活质量

2016年，那时还叫煤炭总医院（现应急总医院）的透析中心，迎来一批远道而来的肾透析患者，这些透析者的状态和我们的患者非常不同，每个人都好似处于无病状态。“这些透析者是来北京旅游的，他们边旅游边透析，为的就是提高生活品质。”许焱介绍。

“那时，我们更骄傲和自豪的是患者的透析质量有多高，但在患者的生活质量上并没有太多的尝试。”许焱说，也是自那时开始，应急总医院开始探索这一模式，经过两年的借鉴与学习，2018年，应急总医院组织了第一批符合标准的肾透析者外出旅游，第一站目的地距离北京超过2000公里。

下转 16版