

肾病患者可以输注白蛋白补充营养吗

文 / 武汉市第一医院 李璐璐



“快，赶紧回病房休息。白蛋白怎么能想打就打呢？那可是打进血液里的点滴，不是什么可以吃的‘蛋白质’！”李药师拍着王伯伯的肩膀送他回肾内科病房。

“李药师，我知道你是为我好；但我都打听了，白蛋白是个好东西，特别适合我这种抵抗力差的人，你不用为我省钱！”王伯伯回身说道。

原来，王伯伯认为输注白蛋白可以补充营养——不过，这种认识对吗？下面，我们简单地了解一下。

问题一：静脉输注白蛋白可以补充营养吗？

从医学角度来说，我们身体所需的能量来源于七大类营养素：碳水化合物、蛋白质、脂肪、维生素、矿物质、膳食纤维和水。其中，蛋白质是构成人体细胞结构的“主力”，具有不可替代的作用——虽然这七大类营养素都必不可少。

王伯伯心心念念的白蛋白，全称叫人血白蛋白——只看名字就知道与营养素中的蛋白质有关。在王

伯伯的视角，输注白蛋白等于补充蛋白质，也就相当于补充营养；并且，王伯伯肾病合并有蛋白尿，体内蛋白质减少，正好可以输注白蛋白补充蛋白质，这条逻辑“严丝合缝”，没问题啊！

真的没问题吗？要弄清这个问题，我们还是应该从蛋白质的作用谈起。

“没有蛋白质，就没有生命”，用这句话来形容蛋白质对人体的重要性一点儿也不夸张。人体内各个组



组织和器官——大到肌肉、大脑，小到头发、指甲——蛋白质都是其中主要的构成成分。蛋白质由氨基酸通过肽键连接而成，这些氨基酸相似又不同。相似在于每种氨基酸都包含氨基和羧酸结构，这是氨基酸的共同特点；但是，不同氨基酸上的R-基团却不同，这也让它们具有不同的特点。

氨基酸可以分为两大类：非必需氨基酸和必需氨基酸。其中，前者可以由碳水化合物和脂肪在体内转化而成；而后者在体内无法合成

或转化，只能从外界摄取。需要说明的是，“非必需”只是氨基酸名称的前缀，并不反映这种氨基酸的必要性——比如，在某些特定疾病或特定情况下，有些非必需氨基酸会摇身一变成“条件必需氨基酸”。

可见，蛋白质的含量高不代表蛋白质的品质就好，其中人体必需氨基酸含量的高低、种类是否齐全是衡量蛋白质品质的重要指标。如果只重“量”不重“质”，那么即便摄入蛋白质的量很多，只要其中所含的氨基酸与人体需求不匹配，则不仅利用率低，甚至可能还有坏处。不巧的是，人血白蛋白的代谢产物中色氨酸的含量很低，而色氨酸是人体必需的氨基酸，所以，从质优的角度来说，靠人血白蛋白补充蛋白并不明智。

况且，人血白蛋白的半衰期长达15~20天，也就是说，它分解成游离氨基酸再合成人体需要蛋白质的过程十分缓慢。所以，从时效的角度来说，靠人血白蛋白补充营养也不明智。

更别说，人血白蛋白是从身体状况良好的人的血浆中提取、分离后灭活病毒而制成的血液制品——作为药品，不良反应是其不可忽视的属性之一，比如它可能引起过敏反应，轻者发生皮疹、瘙痒，重者可能休克。所以，从安全的角度来说，片面补充人血白蛋白很不明智。

综上，对于肾病患者王伯伯来说，人血白蛋白扛不了“绝对安全”的大旗。所以，“输注白蛋白等于补充蛋白质，也就相当于补充营养”这条逻辑看似没毛病，实则漏洞百出！

问题二：肾病患者应该如何补充蛋白质？

我国居民膳食指南中特别强调：补充营养需要平衡膳食。补充蛋白质也一样，平衡为基本。

首先，并非人人都需要补充蛋白质，因为如果蛋白质摄入过多，反而会对人体胃肠道、肝脏、肾脏造成压力，产生不利影响。这点对于存在蛋白质丢失的肾病患者的影响尤其明显：如果摄入过多的蛋白质，会增加肾脏的负担，加速疾病的进展，得不偿失；但是，如果蛋白质摄入不足，又会导致营养不良。因此，肾病患者补充蛋白质必须严格遵从医嘱。

同时，对于蛋白质的补充还要讲究质优，即优质蛋白质应占蛋白质总量50%以上。比如，肉、蛋、奶等动物蛋白质中氨基酸的构成和人体所需基本一致，是优质蛋白质的良好来源。对于一般肾病患者，日常饮食中更推荐白肉类食物（如鱼肉、鸡肉）；当出现肾性贫血时，可适当增加红肉（如猪肉、牛肉、羊肉）的摄入，以补充血红素铁。对于终末期肾病患者，因多合并高磷血症，而蛋类和奶类通常含磷较高，需适当控制用量，建议鸡蛋黄每天不要超过1个，奶类不超过300 mL，具体用量还需个体化评估。

最后，简单总结一下：人血白蛋白并非“万能”，靠人血白蛋白补充营养更不可取。肾病患者补充蛋白质需考虑适量和质优，且应进行个体化评估，这样才有助于达到更好的效果。**肾友与A**