

生化检验并不是你想的那么简单！

▲ 广东省中山市三角医院 梁炎源

生化检验指的是运用化学或生物方式进行的身体检查，通常来讲生化检验涉及范围较广，检测项目多达 20 项，其中特定的检验项目对很多疾病的诊断、治疗、预后有着不可替代的重要意义。

生化检验都查哪些？

肾功能检验 针对肾功能开展的生化检验能够通过具体数值的变化展现患者的肾功能，医护人员可以依据数值判断患者是否具有肾小球过滤功能问题、尿路梗阻等问题。肾功能检验的主要检验项目有：胱抑素 C 检验、尿酸检验、尿素氮检验和血肌酐检验。

肝功能检验 医护人员可以通过该类检验判断患者的肝脏是否受到实质损害或患有疾病，该类检验也能反映出患者肝脏合成功能、胆汁淤积、胆红素代谢的具体情况。肝功能检验的主要检验项目有：天门冬氨酸氨基转移酶检验、总蛋白检验、总胆红素检验、总胆汁酸检验、丙氨酸氨基转移酶检验、γ-谷氨酰转移酶检验、白蛋白检验与直接胆红素检验。

血脂检验 主要是检测患者体内血液中甘油三酯与胆固醇的含量，医护人员可以根据其数值的变化判断患者是否患有肝肾疾病、动脉粥样硬化、高脂蛋白血症、糖尿病等疾病。血脂检验的主要项目有：甘油三酯检验、低密度脂蛋白胆固醇检验、载脂蛋白 B 检验、总胆固醇检验、高密度脂蛋白胆固醇检验、载脂蛋白 A1 检验、脂蛋白 a 检验。

血糖检验 血糖检验是诊断患者是否患有糖尿病的唯一指标，通常来讲血糖检验是检验患者餐后两小时或空腹状态下的血糖。

心肌酶检验与电解质检验 如果心肌酶数值较高，患者则可能患上心包炎、病毒性心肌炎、心肌梗死等疾病，心肌酶检验的主要检验项目有：肌酸激酶同工酶检验、α-羟丁酸脱氢酶检验、肌酸激酶检验、乳酸脱氢酶检验；电解质检验得出的数值在临床上有着较为复杂的意义，肿瘤、感染、酸碱平衡紊乱、溶血、肝肾疾病等疾病都可能影响电解质的数值，电解质检验的主要检验项目有：钙检验、钠检验、钾检验与氯检验。

进行生化检验注意事项

（1）保持空腹状态，这是因为进食后患者的血脂指标、肝肾功能会出现变化，在这样的情况下进行检验会导致检验结果失真。通常情况下患者需在进行检验前八小时内禁食，即检查前一晚十一点过后不要再吃东西即可，禁食时间最好不要超过十六个小时，不然同样有可能导致检验结果失真。

（2）检验的前一天最好不要食用脂肪含量较高、糖分含量较高、辛辣刺激的食物，不要饮酒和咖啡，清淡饮食，以此保证生化检验结果的准确性。

（3）调整作息时间，最好不要熬夜。

（4）如果患者正在服药，在预约生化检验时间之前应当和专业医生做好沟通交流，询问医生自己服用的药物是否会对生化检验结果产生影响，如果有影响应当在专业医生的建议与指导下推迟检验时间或暂时停药。

哮喘四问四答：拨开云雾见月明

▲山东省枣庄市立医院 高庆珍 李鹏

在史书中，乾隆的第二个孩子永琰的死被归因于“哮喘”。根据历史记载推测，永琰生前患有的哮喘就是今天所说的“支气管哮喘”，而且这也是他死亡的原因之一。支气管哮喘是一种由多种细胞和细胞组分参与的慢性气道炎症性疾病。

关于支气管哮喘，这几个常见问题需注意。

问 支气管哮喘治疗有偏方吗？我在正规医院为什么治疗好久起色还是比较缓慢，在偏远地方拿了几副中药效果却出奇的好呢？

答：偏方治疗疾病缺乏科学验证和证据支持，其有效性和使用安全性并不确定。有些所谓“偏方”可能是中草药混入激素，所以感觉效果比较好，但是长期应用会出现感染、高血压、高血糖、医源性肾上腺皮质功能亢进等各种副作用，因此，不建议患者盲目使用偏方治疗支气管哮喘。

在正规医院治疗支气管哮喘的效果相对更为可靠和稳定。但是，由于个体差异和病情的不同，治疗效果也会有所不同。在某些情况下有些中药可能会对某些患者产生较好的效果。这可能是因为中药治疗更注重个体化的辨证施治，可能会根据患者的具体病情和体质特点进行针对性的治疗。

治疗支气管哮喘需要遵循科学和规范的治疗方法，不建议患者盲目使用偏方。如果患者在使用正规治疗方



来源/千库网

法后效果不佳，可以尝试寻求专业的中医治疗，但需要注意选择正规医疗机构和医生。

问 支气管哮喘可以治愈吗？

答：支气管哮喘目前是不可以治愈的。长期规范化的治疗及良好的生活习惯可以使哮喘的症状得到控制，减少复发乃至不发作，并能与正常人一样工作和学习。

问 支气管哮喘一发作，就打“消炎针”，这样对吗？

答：不对。支气管哮喘是一种慢性呼吸系统疾病，常见的症状包括咳嗽、痰多、气短等。患者口中的“消炎针”主要指的是抗菌药物，而诱发支气管哮喘急性发作的原因包括气候变化、空气污染、职业暴露、病毒感染、细菌感染，所以支气管哮喘一发作就打“消炎针”的想法并不正确，因为它只对细菌感染有效，而对气候变化、

空气污染、职业暴露、病毒感染是无效的，并且长期滥用抗生素还会造成体内细菌耐药。如果症状较重，建议及时到医院就诊，甄别病因，听从医生的建议进行治疗。

问 家人患有支气管哮喘会传染给我吗？我需要做哪些防护？

答：不会。支气管哮喘是一种常见的呼吸道疾病，并不具有传染性。支气管哮喘的发病通常与遗传、过敏原接触和其他环境因素有关，因此，家人患有支气管哮喘并不会导致你被感染。但是，支气管哮喘具有高度的遗传倾向，如果家庭成员中有支气管哮喘患者，你可能会面临更高的患病风险。

作为家庭成员，你可以采取以下措施来降低患病风险：

避免接触过敏原：支气管哮喘的发病与过敏原的接触有关，如烟尘、花粉、动物毛发等。保持居住环境清洁、通风良好，减少家中过敏原的积累，有助于降低患病风险。

适当锻炼：适当的运动可以增强身体免疫力。

保持水分充足：保持身体水分充足有助于保持呼吸道湿润，减轻支气管哮喘发作时的症状。

定期接受医生检查：如果你有支气管哮喘的家族病史，定期接受医生检查可以帮助你及早现疾病，并采取相应的预防和治疗措施。

预防青少年特发性脊柱侧弯 记住6点

▲山东省聊城市中医院 高文博

很多家长经常遇到这样的问题，孩子总是“站没站相，坐没坐相”，还总是注意力不集中，不是这里不好就是那里不舒服，这可愁坏了家长们。到底是什么原因，其实很有可能是“青少年特发性脊柱侧弯”导致的。作为家长，应该重视孩子的健康，充分了解“青少年特发性脊柱侧弯”，从而有效预防疾病的发生。

什么是青少年特发性脊柱侧弯？

脊柱为人体的中轴骨骼，是身体的支柱，有减震、负重、保护和运动等功能。青少年特发性脊柱侧弯是一种常见的生长发育问题，是指在青春发育期出现的脊柱结构性侧弯。这种病症的病因不明，但有遗传因素、内分泌因素和生物力学因素等可能的影响因素。症状表现主要为脊柱向一侧或两侧弯曲，并可能伴有椎体旋转和脊柱畸形。病情轻重不同，轻度的病例可能没有明显的症状，而重度的病例则可能导致身体变形，甚至影响心肺功能和脊髓受损。

如何有效预防

有效预防青少年特发性脊柱侧弯生

需要多方面的综合措施，主要方法如下：

保持正确的姿势 在日常生活和学习中，青少年应该养成良好的坐姿和站姿，避免长时间低头看手机或平板电脑，尽量保持脊柱的直立。正确的姿势指身体距离桌子一拳的距离，眼睛距离书本一尺的距离，身体坐正背部挺直，肩膀放松，这样的习惯需要养成，对骨骼和身体都很有好处的；正确的桌椅高度应该能使人在坐时保持两个基本垂直，一是当两脚平放在地面时，大腿与小腿能够基本垂直。当两臂自然下垂时，上臂与小臂基本垂直。这样就可以使人保持正确的书写姿势。如果课桌椅的高度没有及时依据身高变化而做出相应的调整，使青少年长期坐姿不正可能会诱发脊柱侧弯。

适量运动 体育锻炼可以增强肌肉力量，有助于维持脊柱的稳定性和支撑力，减少侧弯的发生风险。体育锻炼的内容要多样化，全面增强脊柱两侧、前后肌群力量，除了上好体育课、做广播操外，每天都应坚持 60 分钟左右的体育锻炼。尽量多参加诸如单双杠、跳箱、平衡木等活动项目，对预防脊柱弯曲有良好的作用。

合理负载 背包方式错误可能造成青

少年背部损伤和肌肉疲劳。孩子背包过重将引起脊椎后弯、侧弯、前倾或扭曲。长时间单侧肩膀或背部负载过重，也可能导致脊柱侧弯。

营养均衡 保持均衡的饮食和适当的营养摄入，有助于青少年的生长发育和身体健康。建议青少年摄入足够的蛋白质、钙、维生素 D 等营养素，以促进骨骼的生长和发育。同时，注意避免过度摄入糖分、脂肪和高盐食品。

定期检查 家长和学校应该定期检查青少年的脊柱状况，及早发现侧弯的迹象。如有需要，可以寻求专业医生的评估和指导。早期发现和治疗可以避免病情加重，减轻疼痛，保持脊柱功能，防止进一步的弯曲和变形。

早期干预 对于已经出现侧弯的青少年，应该尽早采取有效的干预措施。专业医生可以根据病情的严重程度和进展情况，制定个性化的治疗方案，包括观察、物理治疗支具固定和手术治疗等。

青少年特发性脊柱侧弯应首先从预防做起，早诊断、早治疗，让我们共同为预防青少年特发性脊柱侧弯做出努力，守护青少年的身体健康。