

你的白细胞为何升高？

▲ 青岛大学附属泰安市中心医院 查斌斌

白细胞是人体免疫系统的重要组成部分，一般成年人正常值是在 $(4\sim 10)\times 10^9/L$ ，对于婴幼儿和儿童来讲正常值会有所不同，无论是过低还是过高都是异常状态。

什么是白细胞

血细胞包括白细胞、红细胞、血小板。其中白细胞又包括中性粒细胞、淋巴细胞、嗜酸性粒细胞、嗜碱性粒细胞、单核细胞。中性粒细胞主要对抗细菌，淋巴细胞主要对抗病毒，嗜酸性粒细胞常和过敏性疾病以及寄生虫感染相关，嗜碱性粒细胞也和过敏有一定的关系，单核细胞主要也是对抗病毒。白细胞升高或减少，首先要看是哪类白细胞的升高和减少（一般情况下，白细胞过高或过低均由感染性疾病与非感染性疾病引起），不同异常变化需采取的治疗措施也有较大差异。

白细胞升高的原因

白细胞主要包括粒细胞、淋巴细胞及单核细胞，正常值范围在 $(4\sim 10)\times 10^9/L$ 。白细胞总数增多或减少主要受中性粒细胞数量的影响，淋巴细胞、嗜酸性粒细胞等数量上的升高也会引起白细胞总数的升高。

具体升高原因可分为生理因素和病理因素。前者多由于剧烈运动、进食、妊娠或外界环境导致白细胞出现异常，调理适应后可恢复正常；后者则由细菌和病毒感染，如化脓性球菌所致的败血症、传染性单核细胞增多症等引起。

此外，大手术、急性大出血、大面积烧伤和血管栓塞等严重组织损伤，及大量血细胞破坏及部分恶性肿瘤、白血病、骨髓增殖性疾病等也可出现白细胞病理性增高。

一般情况下，白细胞升高在临床上主要提示可能存在感染、过敏、肿瘤等情况，需结合患者具体情况进行分析。具体如下：

感染 细菌感染通常会导致中性粒细胞增高，病毒感染通常会引起淋巴细胞增高；

过敏 如哮喘、牛皮癣等疾病，患者可表现为嗜酸细胞增高；

肿瘤 需观察白细胞增高是否同时伴有贫血、血小板降低等。以上为急性白血病的表现。慢性粒细胞白血病患者在白细胞增高的同时，可能伴有嗜酸、嗜碱粒细胞增高，甚至有血小板增高，需综合考虑。

临床上更为常见的是粒细胞增高提示炎症，所以白血病需与类白血病反应进行鉴别。

白细胞升高怎么办

白细胞升高后的治疗措施应以不同原因为参考依据，一般情况下，生理因素无需采

取特殊治疗，而病理因素则应根据具体病因采取对症治疗，如若明确是细菌感染尽早应用抗菌药物，可以使炎症尽快控制，白细胞早期得到下降。

同时，病毒感染性升高者，则需开展实验室检验，明确具体病毒类型，如急性EB病毒、巨细胞病毒感染以及汉坦病毒感染等，且主要以淋巴细胞升高为主，需要针对EB病毒、巨细胞病毒等应用相应的抗病毒药物进行治疗。

此外，对于免疫性白细胞升高患者（可见于风湿免疫性疾病、成人斯蒂尔病以及血管炎、皮炎等），一般需要应用糖皮质激素以及免疫抑制剂来治疗。最后，对于内出血、严重的创伤，以及血管组织创伤引起的白细胞升高者，需要有针对性的结合病因，采取有效的治疗措施，白细胞才能够有所下降。

带你了解肾上腺腺瘤

▲ 四川省苍溪县人民医院 赵鑫

肾上腺腺瘤是常见的内分泌系统疾病，随着年龄增长发病风险会增加。据统计，我国60~70岁老年群体肾上腺腺瘤的发病率在6%左右。肾上腺腺瘤会给患者的身体健康和生活、工作造成严重影响。当前，大众对肾上腺腺瘤的认知比较弱，对相关注意事项了解不多，做好患者的科普工作至关重要。

什么是肾上腺腺瘤

肾上腺腺瘤即发生于肾上腺的肿瘤，一般呈豆粒、儿枕、哈密瓜、苹果、桃李等形状，虽然肾上腺体积不大，但肿瘤体积最大可达30厘米。肾上腺属于内分泌系统中的重要器官，具有调节水盐代谢、糖和蛋白质代谢、分泌性激素等生理功能。由于肾上腺腺瘤会刺激雌激素分泌，容易引起女性患者月经失调、男性患者阳痿不育等问题。

肾上腺腺瘤根据肿瘤性质可分为恶性和良性两类；根据是否分泌引起高血压的激素可分为功能性和非功能性两类；根据发生位置可分为髓质肿瘤、皮质肿瘤、间质瘤或转移瘤等。功能性肾上腺腺瘤会增加皮质醇分泌，导致患者出现肥胖、腹部紫纹、皮质醇增多等问题，可能会伴有血糖升高、轻中度高血压、骨质疏松等症状。

有症状的功能性腺瘤通常需要及时手术，缓解不适和降低影响；无明显症状的无功能性腺瘤要根据情况判断，观察变化，必要时手术，避免癌变等问题。

肾上腺腺瘤的常见症状

压迫症状 肾上腺是肾上腺腺瘤的发病部位，当肿瘤比较大时，可以直接或间接压迫肾上腺和附近的器官，患者会出现呕吐、恶心、疼痛等压迫症状。

宫外激素异常 肾上腺腺瘤会刺激雌激素分泌，破坏患者宫外激素平衡，导致患者会出现过期妊娠综合征或停经的症状。

如果是原发性肿瘤，患者还会出现头晕、心悸、乏力、体重下降的症状。

当肿瘤体积较大时，还会出现畏寒的症状，甚至影响血液循环，引发血压升高、呼吸困难、脱水等生理紊乱性症状。

常见的肾上腺腺瘤类型

肾上腺功能性腺瘤 容易引发血尿紫癜、生长激素分泌紊乱、自发性高血压等疾病，还可能会造成婴儿畸形。

非功能性腺瘤 因肿瘤大小不同造成的临床表现不同，如果肿瘤较大会对周围组织造成破坏或压迫。

胶质瘤 其形态为灰白色、肿大且有明显的肿物，常发生于中老年男性。

良性或恶性的肾上腺腺瘤 一般通过肾上腺毒素血评检验和高分辨率CT成像检查的结果，对肿瘤是良性还是恶性进行诊断。

肾上腺腺瘤的治疗

如果是良性肿瘤，经手术切除后能达到良好疗效；如果是恶性肿瘤，在手术切除后还需要配合其他治疗，以延长患者生存时间；如果是广泛转移者或无法手术患者，则需进行免疫治疗、化疗、放疗等。

近年来应用较为广泛的是腹腔镜手术，此种方式具有多重优势：首先，其是一种微创手术，手术切口小，仅为1 cm左右的小孔，与传统开腹手术相比较，创伤更小、更有利于术后恢复，伤口愈合后也不会留下明显的瘢痕；其次，在腹腔镜手术中，能够利用腹腔镜的放大功能，将肾上腺局部放大，获得更加清晰的手术视野；最后，手术过程中会配合使用分离和切割器械，能提高手术操作的精细度，减少出血。

综上所述，肾上腺腺瘤会对患者的身体健康和生活质量造成严重影响，患者应保证科学合理饮食、养成良好生活习惯、保持积极乐观心态、进行适宜的运动锻炼，可以对疾病进行有效控制，也能促进术后身体机能恢复和组织愈合。

儿童孤独症的日常护理和预防

▲ 普宁市妇幼保健计划生育服务中心 傅细妹

儿童孤独症也被称为自闭症，多发生于婴幼儿时期。随着社会环境变化，我国儿童孤独症发生率逐年升高，引起临床医学的广泛关注。孤独症会影响儿童的智力发育，且整体预后较差。如何预防孤独症，并做好日常护理？

什么是儿童孤独症

儿童孤独症主要表现为不同程度的社会交际障碍、语言发育障碍、兴趣狭窄以及行为方式刻板。该病具有一定的遗传倾向，与环境因素也有密切的相关性，多发生于男孩，且可引起智力障碍，加重家庭、社会负担。

儿童孤独症的治疗主要以改善患儿的临床症状，促进语言发育，提高社会交往能力，矫正影响儿童生活、学习以及社交的刻板行为与不良行为，从而掌握一定的生活与社交能力。目前临床研究发现，越早治疗，患儿的预后越好。学龄期儿童在语言能力、社交能力提升后，部分患儿可以进入普通小学读书，但是也有部分患儿仍旧需要继续训练。总体来说，经过积极干预后，多数儿童可以掌握一定的沟通、自理与社交能力。

儿童孤独症的日常护理

心理护理 孤独症儿童通常缺乏与人交流的欲望，仅关注自己感兴趣的事物，对身边的事物缺乏兴趣，社交能力较差。因此需要积极与孤独症儿童构建良好的情感关系，提高其信任度。同时孤独症儿童情绪容易波动，因此需要关注孤独症儿童的情绪变化，了解情绪变化的原因并及时帮助孤独症儿童解决问题。孤独症儿童通常存在语言障碍、理解障碍，因此在与孤独症儿童交流过程中，需要态度亲和，保持足够的耐心，反复讲解，避免加重孤独症儿童的不良情绪。

用药护理 目前临床对于孤独症缺乏特效治疗药物，多采用抗精神病药物改善患儿的焦虑、抑郁、强迫行为。在用药期间需要耐心劝导患儿，并定期进行血药检测，调整用药方案，同时要注意观察有无不良反应发

生，如果出现严重不良反应需要及时就医。

生活护理 家长需要优化家庭环境，减少家庭中的危险物品，确保生活环境安全。同时要加强生活习惯引导，督促患儿养成规律的生活习惯，早睡早起，定期运动。孤独症儿童会回避他人，因此家长需要引导患儿与他人对话时正视对话者的眼睛，并且要反复强化干预，或让孤独症儿童模仿自身的行为，从而帮助患儿更好的康复。

儿童孤独症的预防措施

加强孕期管理 目前临床研究认为，孕期宫内感染以及孕期服用影响胎儿发育的药物可能导致孤独症儿童的发生，因此需要做好孕期健康管理，避免孕期宫内感染、妊娠并发症的发生；孕妇最好不要随意服用药物，在用药前应该咨询专业医生或查看药物说明书，可以预防孤独症儿童的发生。

接种风疹疫苗 研究发现，1%的孤独症儿童与感染风疹有一定的相关性，因此可以及时接种风疹疫苗，预防孤独症儿童的发生。

增加社交活动 家长最好多带儿童外出社交，对于儿童来说，长期处于无人环境中，不利于其语言、智力、社交能力发育，因此要多让儿童到户外活动，交朋友，可以联络感情，增长见识，提高应变能力。同时在社会活动中，通过相互的交流、玩耍，可以促进儿童身心健康成长。

营造良好的家庭氛围 家庭氛围对于儿童性格发展有着直接影响，良好的家庭氛围可以让儿童感到安心，有助于儿童健康成长，因此需要营造良好的家庭氛围。

