# 医学检验：微观世界里的“健康侦探”

▲ 江门市五邑中医院恩平分院检验科 吴振芳

在浩瀚的医学领域中，医学检验是人们和微观世界交流的桥梁，更是探索微观世界的侦探。它通过精密仪器和科学方法，从一滴血或者一片组织当中寻找与疾病相关的蛛丝马迹。因此，本文从医学检验基本理论、技术以及常用检测项目角度进行分析，带领人们走进医学检验的世界，探索医学检验在微观世界中为人类健康提供的安全保障。

## 什么是医学检验

医学检验是化学、基础医学和临床检验相融合的一门交叉学科，它就像一位非常细心的侦探，使用科学的钥匙将生命奥秘的大门逐渐打开。在医学检验领域，学者不但需要充分掌握生物、化学以及分析化学的基本理论知识，还需要深入分析并了解细胞生物学、人体解剖学等多个领域的医学知识。这些理论知识为医学检验工作奠定了基石，而精密的仪器、科学的检测方法，则是医学检验实现和疾病精准判断的重要工具。随着现代科技的快速发展，医学检验技术在不断创新，从以往的显微镜观察到现阶段的分子生物技术和基因测序技术，再到电化学发光技术等，这些高超的技术手段有效地提高了医学检验的灵敏度和精准性。可以说，现阶段医学检验技术已经成为现代医学中不可或缺的一部分。

## 常见的医学检验类型及其作用

医学检验类型较多，而且作用各不相同，常见的医学检验类型如下。

**血液检验** 血液是人体循环系统中的重要组成部分，有效分析血液成分，可以掌握人体的健康状态。比如，血常规检查可以反映人体的贫血和感染情况；生化全套则可以对肝功能以及肾功能等多项指标进行检测。

**尿液检验** 尿液不但可以排除人体内的废物，还能有效反映肾脏和泌尿系统的健康状态。尿常规检查可以对蛋白尿以及血尿异常情况进行有效检测，帮助患者在早期发现肾炎和肾病综合征等疾病。

**影像学检查** X 线和 CT 等都属于影像学技术，这些技术可以为医生提供患者身体内部结构的直观图像，帮助医生及时发现患者的肿瘤和骨折等问题。

**分子生物学检测** 基因测序等技术可以在分子层面对遗传性疾病或者病原体的存在情况进行有效探查，比如，HPV 病毒的 DNA 检测可以用来筛查宫颈癌的发生风险。

**免疫学检验** 血清免疫学检测和细胞免疫学检测是免疫学检测中的两项内容。通过对血液中的抗体水平和淋巴细胞亚群进行分析，可以有效评估人体免疫系统的功能状态。一般被用在自身免疫疾病以及过敏反应等病症的诊断当中。

## 临床应用场景

医学检验技术在临床中的应用范围广泛，几乎覆盖了所有疾病的诊断和治疗以及监测过程。在肿瘤诊断中，肿瘤标志物检测可以为医生提供早期诊断依据；在感染性疾病诊断过程中，微生物检测方法可以帮助医生快速确定感染源，指导患者使用抗生素进行治疗。在具体的治疗案例当中，一位 23 岁女性患者因受凉之后出现咽部不适和发热等症状，到医院就诊检查。经过血液分析检查结果显示，淋巴细胞百分数和绝对值均出现异常升高情况，检测仪器报警提示可能存在原始细胞。对其进行复检和镜检，最终患者被确诊为传染性单核细胞增多症。这一案例可以充分展现医学检验技术在疾病诊断中的重要作用。

它通过使用精密的检测技术、工具及科学的分析方法，可以为医生提供精准确完善的诊断依据，为患者的病症治疗提供诊断依据。

综上所述，医学检验技术是现代医学中最为重要的一部分，它是医师和微观世界交流的桥梁，更是医师探索微观世界的侦探，可以帮助医师使用科学方法揭示人体生命的奥秘，从中发现与疾病相关的蛛丝马迹。随着现代技术的快速发展，医学检验技术也在不断完善和创新，为疾病诊断以及人类健康提供更为有力的保障。

# 保“胃”健康，“胃”爱加油

▲ 山东省德州市平原县第一人民医院 贺同敏

生活节奏快，压力大，加上不良的生活习惯，如饮食不规律等，对于有“人体粮仓”之称的胃，是最容易受到伤害的。胃虽然看起来很简单，但是它的作用非常大，不仅仅是储藏、消化和吸收食物，它还会对人体的营养和身体的健康产生重要的影响。所以，保持“胃”的健康，才能让我们拥有更高的生活质量。

## 易得胃病的人群

**高压熬夜族** 工作压力大，精神紧张，经常加班熬夜，都会让人产生大量的胃酸，造成肠胃不舒服。

**饮食不规律族** 如果不吃早饭，胃分泌的胃酸得不到任何东西来消化，就会对食管、胃肠黏膜造成损伤，长期下去很容易引起溃疡，也会导致消化不良。吃得太多，不但会增加胃部的负担，也会使消化器官如胰、胆的负荷增加，影响消化功能。

**餐后剧烈运动族** 饭后匆匆忙忙地去健身或者跑步，会造成体内器官的血液供应不足，从而影响到身体的消化功能。

**小病隐忍族** 对于腹痛、腹胀等症状，不要太在意，能忍则忍，能拖则拖，必要时服用止疼药以缓解症状。

**喜欢吃辛辣冰冷食物族** 辛辣食物会对胃肠黏膜造成刺激，导致胃酸分泌增多，胃黏膜充血、水肿加重；太多冰凉的食物也会对胃肠黏膜造成伤害，影响胃肠的正常蠕动。

## 哪些症状提示胃可能出现了问题

身体不适的感觉及疼痛阈值因个体而异。临床表现为腹痛、反酸、烧心、嗳气、恶心、呕吐、饱胀感、食欲下降等，严重者还会出现消瘦、贫血、消化道出血等，也有少数儿童有比较严重的胃黏膜病变，但并无明显主观不适。在日常生活中要注意观察自己的身体状况。要及时到医院进行检查。

## 预防与养护：“胃”爱加油

面对胃病的威胁，预防与养护显得尤为重要。以下是一些实用的建议，帮助大家守护胃健康。

**合理饮食，规律作息** （1）定时定量：保持规律的饮食习惯，避免过饥过饱，三餐定时定量，有助于胃的节律性运动。（2）均衡营养：多摄入新鲜蔬果、优质蛋白质（如鱼、禽、蛋、奶、豆制品），减少高脂肪、高盐、高糖食物的摄入。（3）细嚼慢咽：充分咀嚼食物，减轻胃的负担，同时促进唾液分泌，有助于食物的初步消化。（4）避免刺激：少食辛辣、油腻、生冷、过烫或过凉的食物，减少对胃黏膜的刺激。

**戒烟限酒，远离有害因素** （1）戒烟：吸烟不仅损害肺部，还会影响胃的血液循环和黏液分泌，增加患病风险。（2）限酒：过量饮酒可直接损伤胃黏膜，导致胃炎、胃溃疡等疾病。建议男性每日酒精摄入量不超过 25 g，女性不超过 15 g。（3）注意卫生：分餐制，使用公筷公勺，减少幽门螺杆菌感染的风险。

**缓解压力，保持良好心态** (1)情绪管理：学会调节情绪，保持积极乐观的心态，避免长期的精神紧张和焦虑。(2)适量运动：运动有助于释放压力，改善心情，同时促进胃肠蠕动，增强消化功能。（3）充足睡眠：保证充足的睡眠时间，有助于身体各器官的恢复与修复，包括胃。

**定期体检，及时治疗** （1）胃镜检查：对于 40 岁以上人群，或有胃病家族史、长期胃部不适者，建议定期进行胃镜检查，以便早期发现和治疗胃病。（2）规范治疗：一旦发现胃病，应及时就医，遵医嘱规范治疗，切勿自行用药或忽视病情。

总之，保“胃”健康需要我们从日常生活的点滴做起，通过合理饮食、健康生活方式、注意卫生、定期体检以及特殊人群的特别关注等多方面的努力来共同实现。让我们为“胃”爱加油，守护好自己的健康基石。