

血常规检查能判断缺铁性贫血类型吗？

▲ 隆昌市中医医院 朱建容

血常规检查是指对血液进行的一种常规检查。血液在身体中不断循环流动，血常规检查能够反映很多身体方面的信息。血液相关的检查有很多种，血常规检查只是其中一种检查方法，它主要是对血液中的血细胞种类、数量进行分析。很多人或许都做过血常规检查，血常规变化究竟能否判断缺铁性贫血？本文带您一起揭晓答案。

缺铁性贫血不能盲目补铁

缺铁性贫血是我们日常生活中最常见的一种贫血类型。通常是由于人体内缺乏铁元素，血红蛋白的合成就会减少，从而导致了贫血。在人体中，铁元素可以参与合成血红蛋白，而血红蛋白也有着它的作用，它主要是负责输送氧气。人体一旦缺乏铁元素，血红蛋白就不能正常合成，人体血液中的红细胞就不能正常地携带氧气，人体的所需的氧气含量就会不足，人就会出现一系列贫血的症状，如气短、身体乏力等。

6岁以下的儿童，体内每100ml血液中，要有11g的血色素含量，在11g以下的儿童就是贫血。缺铁性贫血对儿童的生长发育影响非常大，如果儿童长期贫血，就会出现个子矮小、身体素质差去情况，同时智力以及心理情绪也会受到一定影响。如果家长发现儿童贫血，不要盲目自作主张进行药物补铁，这样孩子的病情可能会被延误。正确的做法是去医院需求医生的帮助，做贫血检查。

尤其是婴儿，由于年纪太小各项身体器官还尚未发育完全，盲目补铁的危害性很大，而且大于其他年龄段的儿童，因而家长一定要引起重视。

缺铁性贫血需多种检查才能确定

虽然缺铁性贫血在临床中非常常见，若出现头晕乏力、面色苍白等症状，借助血常规检查能够对患者贫血的严重程度进行初步的评估。缺铁性贫血患者的血红蛋白水平一般较低，早期没有显著的MCV、MCH变化，但

长期缺铁严重后MCV会降低，红细胞呈现小细胞性贫血。

血常规变化并不能直接确诊为缺铁性贫血，因为血常规检查中含有多项指标，不同的指标代表不同的涵义。而且贫血也有很多种不同的类型，划分依据不同，其类型也不尽相同。我们不能根据患者的血常规变化，就直接定性为缺铁性贫血。

血常规检查只能作为初步的筛查依据，要对患者的贫血类型和程度进行具体分析，还需要借助其他的一些检查方法。举一个特殊的例子——地中海贫血，此类患者的血常规检查结果会显示MCV、MCH都偏低，或是某一项偏低，但是这也只能作为初步筛查，具体诊断还需要进行微量元素筛查、基因筛查等。

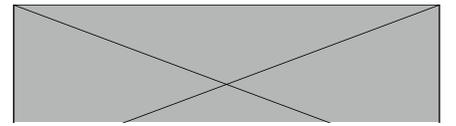
缺铁性贫血的预防方法

多摄入铁元素丰富的食物 最容易患缺铁性贫血的是儿童，在家中家长应注意及时为孩子补充铁元素，引导孩子多吃一些铁

含量丰富的食物，养成良好的饮食习惯，尽量做到营养均衡。大人也不能忽视铁元素的补充，多吃一些铁含量丰富的食物，如海鲜、绿叶蔬菜、蛋类、动物肝脏等。

同时，我们也可以多食用一些富含维生素C的食物，比如橙子、番茄、西兰花等日常生活中方便获取的蔬菜水果，这些食物可以有效促进人体吸收铁元素。

使用铁制炊具 传统的炊具通常多以铁制为主，在做饭时使用铁锅、铁铲、铁勺等炊具时，锅铲上的一些铁屑会在烹饪过程中渗入到食物中，形成一种可溶性的盐，促进人体吸收，从而能够给人体补充铁元素。因而，我们平时在家中做饭时，要尽可能优先使用铁制烹饪炊具进行烹饪，以补充身体所需的铁元素。



中西医治疗股骨粗隆间骨折

▲ 屏山华创医院 何传松

股骨粗隆间骨折是中老年人极易发生的一种骨损伤，这一骨科疾病的发生主要是因为老年人体质以及骨质相较于年轻阶段都有所退化，因此老年人出现跌倒、下肢突然扭转、下肢外展以及下肢内收等情况时，均极易引起股骨粗隆间骨折。股骨粗隆间骨折的中西医结合治疗，主要是指在西医手术治疗的基础上，辅以对症的中药治疗以此来提高治疗效果的综合治疗方案。

股骨粗隆间骨折的典型症状

股骨粗隆间骨折患者会发生骨折位移的症状，因此患者会具有较为强烈的痛感。人体股骨粗隆间部位供血较为丰富，一旦发生骨折会引起大量出血，因此会引起较为明显的肿胀症状，不过对于没有发生骨折位移的股骨粗隆间骨折患者，肿胀症状则不明显。因为股骨粗隆间骨折患者会发生局部血肿的症状，当这一症状比较严重时，患者会出现较为广泛的皮下淤血。股骨粗隆间骨折属于一种关节外骨折，缺乏关节囊的制约作用，患者患肢易出现外旋、短缩畸形的症状。发生骨折后患者关节活动受限，并且活动时痛感会逐渐加重。

股骨粗隆间骨折的西医治疗方法

股骨粗隆间骨折的保守治疗 在采用保守的治疗方法时，可以根据股骨粗隆间骨折患者具体情况是否可以下地行走，采取不同的治疗方案。当患者下地行走困难时，可以选择为患者穿“丁”字鞋或者短期皮牵引的治疗方法。而对于可以下地行走的股骨粗隆间骨折患者，可以采取股骨髁上或胫骨结节牵引的治疗方法。对于大部分的股骨粗隆间骨折患者都适合采用牵引疗法进行治疗，在进行牵引治疗时可以有效改善和控制患者患肢外旋的情况。

股骨粗隆间骨折的手术治疗 手术治疗可以有效改善股骨粗隆间骨折患者的诸

多并发症，提高成活率，临床中常用的手术治疗方法主要包括以下几种，对于不同病症的股骨粗隆间骨折患者所采用的手术治疗方法存在差别。闭合经距多根斯氏针内固定。首先要对患者胫骨结节进行适度的牵引，对股骨粗隆间骨折患者进行复位后再检查患者全身系统。在患者受伤骨折的3~7d内，采取该种手术方法。钉-板类内固定，这种手术方法应用较为广泛，最常用的有动力性髓螺钉等。除上述两种手术治疗方法外，常用的手术治疗方法还包括Ender钉固定和Gamma钉固定。

股骨粗隆间骨折的中医治疗方法

在对股骨粗隆间骨折患者进行中医治疗时，要根据患者不同的骨折时期，以及患者身体不同情况辨证论治。另外，中医治疗可以对患者进行外治与内服相配合的治疗方案。

外治 股骨粗隆间骨折患者外敷膏剂或者中药熏、洗受伤部位及周围均可有效改善患者不适症状。在股骨粗隆间骨折患者骨折初期，可以选择一些具有清热解毒、活血散瘀以及消肿止痛的膏药或者散剂。而对于、处于骨折中期的股骨粗隆间骨折患者，则可以调整膏药，选择使用温筋通络和接骨续筋等作用的膏药或者散剂。在使用中药汤剂熏洗骨折患者损伤部位时，也主要是选择具有舒筋通络的中药汤剂，但是如果患者存在膏药或者中药汤剂过敏的情况时，要及时停止使用。

内服 股骨粗隆间骨折患者不同骨折时期所服用的中药汤剂配方亦不相同，骨折初期适宜选用具有行气活血以及消肿止痛作用的中药汤剂。骨折中期则适宜配合使用具有和营止痛作用的中药汤剂配方。股骨粗隆间骨折患者骨折后期，建议搭配使用具有补益肝肾作用的中药汤剂配方或者中成药。

糖尿病的科学护理

▲ 宜宾市翠屏区东城社区卫生服务中心 袁德会

糖尿病是一组以高血糖为特征的代谢性疾病。高血糖是由于胰岛素分泌缺陷或其生物作用受损，或两者兼有引起。长期存在的高血糖，导致各种组织，特别是眼、肾、心脏、血管、神经的慢性损害、功能障碍。糖尿病是一种慢性疾病，且伴随患者终身，病死率非常高。除了要通过药物进行治疗之外，结合患者的实际情况，尽早做好护理工作，对患者疾病的治疗与康复都有着重要重要的影响，必须要引起高度重视。

糖尿病的主要症状表现

饮水量增加、尿量增加 患者的血糖逐渐升高之后，由于渗透性利尿导致尿量增加，从而会感觉到口渴，饮水量增加。

进食量增加 患者很容易会感到饥饿，因此，进食量增加。

体重逐渐减轻 外周组织会对葡萄糖的利用造成一定的阻碍作用，脂肪分解也会增多，人体当中的蛋白质代谢失衡，因此，逐渐消瘦、乏力，儿童的生长发育也会受到影响。

视力模糊 患者的血糖会快速的升高，这个时候会导致眼房水、晶状体渗透压发生改变，从而导致屈光发生改变，视力逐渐变得模糊。

糖尿病患者的护理要点

饮食护理 首先要告知患者控制饮食的重要性，并自觉养成良好的饮食习惯，要定时定量进食，特别是对于胰岛素治疗期的患者更应当引起高度注意。记录每次进食状况，并将实际进食量相关信息及时提供给医生，作为治疗参考。严格控制热量的摄入，患者一旦出现饥饿感时，可适当增加蔬菜或者是豆制品等食物的摄入，针对患者的实际情况，制定饮食计划，定期更换食品种类，从而尽量避免患者进食乏味单调。

胰岛素应用护理 中效和长效胰岛素

和普通的胰岛素相比较，更加的稳定，在使用过程中应当尽可能保存在室温20℃以下。使用时一定要保障剂量合理性，且避免震荡。胰岛素通常用于皮下注射，有计划有顺序的进行轮换注射。每次都应当改变部位，避免注射部位组织发生硬化，影响胰岛素的吸收，注射部位要严格进行消毒，避免感染。患者会出现低血糖反应，强烈的饥饿感、疲劳，这个时候应当立刻抽血检查血糖，并静注50%的葡萄糖，等到患者清醒之后，在结合其实际情况，适当进食，避免患者出现再次昏迷的情况。

一般护理 首先，要养成良好的作息习惯，可适当进行相应的运动，运动有助于促进碳水化合物的快速吸收，从而减少胰岛素的用量。其次，还应当注意个人的卫生，做好感染预防措施，糖尿病患者很容易会出现皮肤感染的情况，因此一定要定期为患者沐浴及擦拭身体。其次，还应当选择合适的鞋，避免鞋硬而出现皮肤破损引发感染。要定时记录体重状况，作为饮食与治疗的有效参考依据，每日要进行尿糖检测。

心理护理 糖尿病属于一种慢性疾病，且具有病程周期长的特点，不同年龄段患者的心理状况也有着很大的差异性，大多数表现为恐惧、紧张不安等特点，且部分患者缺乏对疾病的认识 and 了解，未从思想上高度重视，部分患者因为病程周期比较长，心理压力过大，从而导致产生悲观、抑郁、消极、绝望等不良心理反应。护理人员要定期开展知识讲座，向患者讲解糖尿病相关知识内容，并对患者存在的心理问题及时进行疏导，逐渐消除患者的疑虑，帮助患者树立战胜疾病的信心，从而积极主动配合治疗，有助于疾病的治疗与康复，提高患者的生存质量。

糖尿病虽然是一种终身慢性疾病，对患者的生活会造成不同程度的影响，但只要做好预防护理措施，便能够有效改善患者的生存质量。