

血液检测你做对了吗？

▲ 眉山市人民医院 李小琼

如何正确“空腹”？

几乎每个人都有过这样的经历，当生病或进行常规体检时，第一步需进行的就是血液检查。抽血前，护士总是问你：“吃过早餐了吗？你是不是空腹？”然而，由于多数人不了解基本的健康医疗常识，所以不明白什么是正确的“空腹”，甚至对此有严重的误解。比如：有人认为禁食要保持饥饿状态，因此在抽血前一天，晚餐会采取禁食的方式。

事实上，这些做法都是不正确的。所有检查项目都应该空腹进行，这是真的吗？空腹真的意味着不吃不喝？

血液检查时为什么需要禁食？

在进食后，由于食物被消化系统消化吸收，血液中的大部分成分，包括葡萄糖、蛋白质、脂肪、无机离子等，大概率会发生短暂性变化。当前血液检测项目参考范围较大，因此均以空腹状态下的血检结果为参考依据。

空腹抽血时有哪些常见项目？

血脂 由于血脂水平与进食密切相关，进

食后水平会明显升高，因此需空腹采血。

肝功能 体现肝细胞功能状态的指标包括：丙氨酸转氨酶(ALT)、天冬氨酸转氨酶(AST)等。体现蛋白质代谢的指标包括：总蛋白(TP)、白蛋白(ALB)、球蛋白(GLB)等。

肾功能（包括尿酸） 尿素氮(BUN)、肌酐(CR)，以及尿酸(UA)等指标受饮食和运动的影响，需禁食，并在静息状态进行。

血液生化(电解质) 包含钾(K)、钠(NA)、氯(Cl)、钙(CA)、镁(Mg),以及磷(P)等身体中基本无机离子检查，进食也会对这些指标产生一定影响。因此，最好保持禁食状态。

血液流变 受血液中红细胞和蛋白质成分的影响，须在安静环境中，进行空腹采血。

空腹血糖 以及糖耐量检测应保持绝对禁食，进食或服用糖水后应按医嘱再次采血。

哪些检测不需要禁食？

这些项目包括：血常规、肿瘤指标、感染相关指标、凝血功能指标、病毒筛查（病毒性肝炎系列、艾滋病病毒系列等）等。

血压药物会导致血压突然升高；停服减慢心率的药物会导致心率突然加快；停用低血糖药物将会导致体内血糖升高，这些药物在当天早上采血是可以服用。

腹部采血最佳时间为何时？

空腹采血的最佳时间：早上6:30~9:30，最晚不要超过10:00。如果空腹时间大于16h，由于体内生理内分泌激素，以及血细胞正常代谢的影响，过度饥饿会导致白蛋白、补体和血糖下降，而胆红素则会因清除率下降而升高，反映不了真实水平。因此，身体长时间不禁食是不对的。



我必须停止空腹吃药吗？

“禁食”并不意味着你不能正常服用药物。如果停止正常服用药物，将有可能导致严重的疾病，因此你不能随意停药。例如：停用抗高

宫外孕的科学防治方法

▲ 彭州同一医院 姜禄秋

宫外孕是由于受精卵着床位置异常导致的妊娠症状，当女性出现宫外孕后，如果没有及时采取相关的治疗措施，会严重威胁到女性的生命健康，宫外孕症状有哪些？如何治疗宫外孕？相信很多人并不清楚。

宫外孕的常见症状

引起患者腹痛 宫外孕患者流产或宫外孕破裂后会出现下腹坠痛的症状，主要是因为腹腔内出血刺激腹膜和直肠，并且这种坠痛伴随有剧痛的特点，除此之外，患者还会出现腹胀以及强烈的排便感。

引起患者停经 宫外孕患者也可能会现停经症状，患者常会误以为正常怀孕，所以当育龄女性出现停经的早孕反应时，应该及时去医院检查，明确胚胎的位置，及时发现宫外孕，避免宫外孕破裂危及生命。

引起阴道出血 当患者患有宫外孕后，部分患者的阴道会有出血的症状发生，但需要注意的是，宫外孕引起的阴道出血是因为宫外孕的胚胎发育不良，体内激素水平不足以支撑内膜导致的阴道出血，通常这种出血颜色呈深褐色，并且血量较少，和月经的血量相比要少的多。

宫外孕引起患者晕厥和休克 对于宫外孕而言，患者腹腔内有急性出血的情况，除了会导致患者剧烈腹痛，血容量的急剧减少还会导致患者出现晕厥，失血性休克危及生命。

宫外孕的常见部位

由输卵管引起的宫外孕妊娠 一般情况下，输卵管妊娠的宫外孕占所有异常妊娠的95%左右，而输卵管异常引起的宫外孕中大多数都在患者的壶腹部位，最终导致患者停经后腹痛以及阴道流血等症状，同时患者还会出现腹部包块以及晕厥。

由卵巢引起的宫外孕妊娠 当受精卵在患者的卵巢着床发育后，引起卵巢妊娠的宫外孕，这种情况在临床上与输卵管妊娠引起的

宫外孕比较相似，但由卵巢引起的宫外孕发病率比较低，只有万分之一的概率，所以患者是因为卵巢引起的宫外孕，最终会导致患者出现停经以及腹痛等情况。

由腹腔妊娠引起的宫外孕妊娠 这种情况下，是由于受精卵在输卵管、卵巢以及阔韧带位置以外的腹腔内着床发育，通常这种情况下患者会出现各种不明原因的贫血，同时伴随有腹痛以及阴道流血等症状，随着胎儿的发育，使患者的病情加重。

由宫颈妊娠引起的宫外孕 当受精卵着床在宫颈管内外的时

宫外孕的治疗方法

药物治疗 对于宫外孕，如果及时发现宫外孕，并且在胚胎还未完全发育，血HCG值较低，包块小于3cm，未出现明显腹腔内出血症状，且女性身体状况良好，没有药物禁忌的情况下，可以使用药物治疗的方法，通过口服、肌注或者静脉使用相关的药物，可以及时抑制胚胎生长，从而实现对宫外孕的治疗。

使用药物治疗的优点是患者不用面临手术及麻醉的痛苦，但药物治疗需要及早发现宫外孕，早期用药。且患者有可能药物治疗效果不好，胚胎继续生长，药物治疗过程中出现腹腔出血。

手术治疗 通常情况下，宫外孕的治疗以手术治疗为主，目前临床大多采用微创手术，通过腹腔镜进行宫外孕的手术治疗，但需要注意的是，进行手术治疗宫外孕，会对患者以后的生育能力有所影响，所以在进行手术治疗的时候，医生和患者需要进行良好的沟通，确保在手术中对患者生育能力的保护。

如何应对小儿腹泻？

▲ 内江市第二人民医院 邓焰

小儿腹泻是比较常见的儿科疾病。腹泻主要指的是小儿排泄呈现稀便或水样便。对于儿童来说，腹泻是指大便相较于正常的情况稀薄或水分多，或者小儿的排便频率超过正常的排便次数。小儿腹泻在秋天的发病率较高，主要是由于儿童的脾胃不足，使得小儿的消化功能失调，从而引发的儿童拉肚子。哪些因素与小儿腹泻的发生有关？又该如何做好小儿的护理和预防？

小儿腹泻的症状

大便的次数增多 儿童患腹泻时的症状和成年人是一样的，儿童排便的次数会增多，轻度腹泻的患儿排便的次数在10次以下，比较严重的患儿会出现10次以上的排便次数。

大便的颜色改变 儿童正常的大便颜色主要呈金黄色，患腹泻的患儿排出的大便颜色是黄白色或黄绿色，且还带有少许的黏液。

大便的气味带有酸臭 正常儿童的大便闻起来是没有其他异常味道的，家长可以留意一下孩子的大便是否存在酸臭味，大便的酸臭味主要是由于儿童消化不良所引起的。

大便的形状为蛋花状 儿童出现腹泻，排出的大便会不成形，呈现蛋花状，大便较稀并且大便里面带有白色小点。

小儿腹泻发生的病因

病毒感染 小儿腹泻的常见原因是病毒感染，特别是轮状病毒会引发小儿的腹泻。病毒引起的腹泻一般起病比较急，在感染初期，患儿会出现流鼻涕和轻微的咳嗽，和感冒类似，在发病1~2d之后，患儿会出现腹泻的症状。当遇上换季的时候，气候温差比较大，特别是食用一些不卫生的食物，就会导致儿童的肠道功能下降，稍不注意就会引发病毒感染。

受寒引起腹泻 部分儿童晚上吹空调过多受了凉，或者进食过多冰冷的食物，就会引发肠道蠕动过快，从而导致腹泻。受寒所引起的腹泻常常表现为大便呈水状，有泡沫的绿色

大便。一旦出现这样的情况，家长需带孩子及时就医，找到病因之后对症下药。

积食脾胃虚弱引起腹泻 儿童的肠胃还没发育完全，肠胃功能还是比较弱的，消化酶不足，如果食用太多难以消化的食物，就会出现积食的现象，如果家长这时还没有注意到，还继续给孩子喂食一些不易消化的食物，就会导致积食的情况加重。

脾胃虚弱引起腹泻 儿童脾胃虚弱也会引发腹泻，也与遗传有一定的关系，我们所讲的遗传其实是生活方式的继承和营养素的缺乏遗传。脾胃虚弱会引发儿童的消化不良，消化不良会导致儿童出现积食的情况，从而引发儿童腹泻。

小儿腹泻的护理与预防

注意给孩子保暖 儿童在秋冬季节发生腹泻的很多原因都是由于受凉所引起的，但是怕凉并不是意味着需要给孩子穿得很厚，穿的多反而会由于温差过大而引起着凉。需要特别注意儿童的肚子和脚部保暖，这两个部位一旦着凉，就会引起儿童腹泻。在夜间睡觉时，家长需要给孩子盖好被子，给孩子的肚子穿上一个肚围，可以避免孩子的肚子暴露在外面。

注意孩子的卫生 秋冬季节，是轮状病毒传播的高发时期，轮状病毒一般都是通过大便以及呼吸道飞沫传播的，对于比较幼小的小宝宝，家长需要注意在给孩子换尿不湿的时候，及时的清理换下来的尿不湿，把宝宝的屁股清理干净，对于大一点的儿童，家长需要提醒他们养成良好的生活习惯，饭前便后要经常洗手。

注意孩子的饮食 儿童由于消化功能还不太完善，所以在日常的饮食中，不要让孩子吃的过多，吃不容易消化的食物，这样会导致儿童肠胃不适应从而引发腹泻。