

大便常规可以检查出哪些疾病?

▲ 四川省简阳市妇幼保健院 刘芳

大便常规检查是临床上常见的检查项目，也是判断身体健康状况重要检查。大便常规主要检查粪便的颜色，形状以及粪便中是否含有白细胞，红细胞寄生虫等，还可以及早的发现肝病，胃肠炎等，也可以作为消化道肿瘤的筛查诊断。在进行大便检查前，禁止服用止泻药或者润肠排便的药物，以免影响检查结果，同时要注意的是大便检查是常规检查，几乎所有人都可以进行。

通过大便来判断身体疾病

根据分辨的颜色，可以初步判断是否有便血的可能，进一步帮助筛查上消化道出血病人，一般还需要结合粪便潜血试验，因为食用的食物不同，或者使用某些药物都可以改变他们的颜色。正常成人的粪便颜色是黄褐色，婴儿是金黄色。如果粪便呈黑色，且有光泽，像柏油样的，那么很可能是上消化道出血的症状，这是由于血液在通过肠道的时候，血红蛋白被分解后，形成黑色的硫化

铁所导致的，如果是服用了活性炭铁剂中草药的话，粪便也有灰黑色但是没有光泽。同时，粪便标准本放置的时间长了，表面也会变成灰黑色。如果粪便呈白陶土色，那么很有可能是阻塞性黄疸，病人他们的粪便中缺乏胆色素。而进行消化道钡餐造影后，它们的粪便也为白灰色。如果婴儿的粪便呈绿色且稀状，那么有可能是婴儿消化不良时，肠胃蠕动过快，粪便中含有胆绿素而造成的。

根据粪便的形状，可以帮助判断患者的肠道疾病。粪便是人或动物的食物残渣排泄物，其中4/3都是水分，其他的是蛋白质，无机盐，脂肪，脱了水的消化液，残余在肠道中脱落的细胞，死掉的细菌，维生素K，维生素B，未消化的食物纤维。正常的粪便是成型软便。如果分状形状呈球状硬块，那么可能是便秘患者，如果粪便成粥状或者水样，并且很那么可能是多种原因引起的腹泻，如果是米汤状，那么很有可能是霍乱或者副霍乱的患者，如果粪便呈血色黑暗或者柏油状那么很有可能是食管胃或者十二指肠

出血，如果大便下红，其颜色为鲜红，那么病状应该在大肠或者痔疮出血，如果大便溏泄，纳少腹胀者为脾阳虚。

如果患者的大便中检查出幽门螺杆菌，那么可能是消化性溃疡，慢性胃炎，十二指肠炎。粪便中的白细胞的数量多少与其肠道中的炎症轻重有关系。如果分娩中出现大量白细胞，并且还可以看到退化的白细胞边缘不完整，已经碎裂成堆的脓细胞，那么可能就是结肠炎，如果分钟下课雷登结晶，那么可能是过敏性肠炎，肠道寄生虫病。如果粪便中有虫卵，要考虑是否有寄生虫感染，如果是儿童的话，需要考虑进行杀虫。

大便检查时需要注意的事项

在进行检查的过程中，如果有婴儿一次性取不到足够的量，那么可以进行分次手挤，可以将先收集到的放到冰箱中，冷藏保存。女性在进行粪便检查的时候，最好避开经期，以免血丝混入。在进行检查前一天，尽量不

要食用玉米等高纤维难消化的食物，也不要服用铁质药物，要避免食用猪肝，鸭血，菠菜等铁质丰富的食物也不要使用阿司匹林，皮质类固醇或者维生素C等药物，这些都有可能造成检查出现错误。在检查的过程中，取样的大便必须新鲜，如果粪便停留的一天，两天或者更长的时间，没有得到充分的保护措施，那么大便中会滋生细菌，以及其中的细胞都会腐败，不能够反映真实的情况。在检查的过程中密切配合医生，及时向医生如实反应自己最近的进食情况是否饮酒等等，这样才能真实检查出身体状况。



高血压患者的健康教育与护理

▲ 成都市成华区龙潭社区卫生服务中心 曾丽霞

高血压是现代社会常见的慢性病，是危害心脑血管的最主要因素。根据调查结果显示，我国成年人患高血压的患病率大约为28%。高血压危害面广，会引发心脏、大脑、血管的综合受损，严重威胁生命，有“隐形杀手”之称。

高血压会损失全身动脉

高血压是指血管内收缩压或者舒张压升高所造成的身体其他重要器官受损的综合征，是动脉系统的病变。在高血压初期，全身的细动脉首先会受到损害，常常表现为血压持续波动状态。如果患者在高血压早期不加以重视、及时治疗，就会造成小动脉反复痉挛，血管内压力继续升高，时间长了血液中的成分也会发生一系列的变化，最终会造成血管壁变硬、增厚，从而形成动脉硬化，使得血管变得狭窄甚至闭塞，导致血压持续上升，形成真正的高血压。

高血压的常见症状

头晕 高血压最为常见的症状是头晕，有些头晕是短时性的，常在突然下蹲时出现，有些头晕现象是持续性的。头晕会对病人的日常生活造成不良的影响，由于患者头晕时头部有持续性的沉闷不适感，会妨碍患者的思考，进而影响患者的学习和工作。

头痛 头痛也是高血压的常见症状之一，常常表现为持续性的钝痛，甚至伴有炸裂样的剧痛。常常在早晨睡醒时头痛的症状较为严重，起床之后头痛的症状会逐渐减轻。疼痛的部位主要在后脑勺和太阳穴。

烦躁、心悸、失眠 高血压患者由于头晕头痛等这些症状的困扰，性情都较为急躁，容易激动；常常失眠、心悸。入睡之后常常容易惊醒，这是由于大脑皮层功能紊乱。

注意力不集中，记忆力减退 高血压患者在早期的症状不明显，但是随着病情的发展，病人就会表现为注意力容易分散，记忆力衰退，往往难以记起近期的事情，但是对于童年时代的

事情却还记得。

肢体麻木 高血压患者常常会伴有肢体麻木的症状，部分病患常常能够感觉到手指麻木、不灵活。经过一段时间的治疗之后，手指麻木的感觉会有好转，但是如果肢体麻木的时间较长，并且还伴有肢体抽筋、乏力等症状时，就应该及时的去医院进行治疗，避免中风的发生。

高血压患者的护理

控制热量摄入 高血压患者如果在日常的饮食中，热量摄入过多，就会引起饱和脂肪和不饱和脂肪酸的比例失调，缺钾、缺钙都不利于控制高血压。因此，高血压患者在日常的饮食中，要减少饮食总热量，吃饭吃八分饱。

减少钠盐摄入 据研究调查，高血压患者的食盐摄入量水平高于非高血压人群。食盐的摄入量过多，会导致高血压的病发率越高。高血压患者要严格控制食盐的摄入量，对于轻度高血压患者，每日的食盐摄入量要低于5g，对于严重的高血压患者，食盐的摄入量要严格控制在2g。在日常的饮食中还要减少含有盐味的调味品，比如酱油、生抽等。

增加维生素和矿物质摄入 高血压患者在饮食中要增加新鲜蔬菜以及瓜果的摄入，尤其是绿色的蔬菜。绿叶蔬菜含有胡萝卜素、镁、钙等物质，有利于对血压进行控制。多食用含钙的食物，比如排骨、鸡蛋以及豆制品；多食用含钾的食物，如紫菜、芹菜等等；多吃水果，比如香蕉、菠萝等等。

学会自我监测血压 患者要学会自我监测血压，对自己的血压状况有一定的掌握；在监测血压之前，患者不要饮酒、不要喝浓茶，并保持精神的放松。室内的温度要适宜，在休息5~10min后，精神放松的状态下测量；患者要正确的记录好每次血压的数值，以便和医生沟通。

科学认识医学检验

▲ 泸州市纳溪区第二人民医院 许玉萍

近年来我国医学检验技术水平飞速发展，各种先进的检验器械和检验方法都得到广泛应用。在医学领域，医学检验是诊断患者病症，确定治疗方式的重要辅助手段。医学检验是指将患者的体液、血液、尿液、分泌物或排泄物等作为标本，通过物理、化学等方法进行医学检测的学科。

尿液检验

检验内容：尿液检查包括尿液中的成分检测、尿常规分析、尿酶测定和蛋白成分定量测定等内容。

注意事项：（1）在进行尿液检验时采取的尿液标本最好是新鲜晨尿中段的尿液，并且不少于10ml；（2）女性进行尿液检验时要避开经期，防止阴道分泌物混入尿液中影响检验的准确性；（3）尿液样本应该尽快送到实验室进行检验，30~60ml为宜，时间过长容易导致尿液中的葡萄糖被细菌分解或者出现细胞溶解等现象；（4）使用抗菌药物后不适合进行尿检。

血液检验

血液检验按照检验内容的不同通常可分为骨髓细胞学检测、血型鉴定、交叉配血实验、溶血性贫血试验检测和一般检测。

血液检验的项目比较多，在进行血液检验时通常情况下医生会根据患者的临床症状建议患者进行具体的某一项或某几项的检查。如患者有全身乏力、活动后面色苍白、心悸、胸闷、气短等症状时可能是贫血导致的，因此血液检查主要检查血常规，分析铁蛋白、维生素B12等指标是否正常；如果患者出现咳嗽、发热等症状则患者可能患有肺部炎症，重点检查C反应蛋白和降钙素原水平等指标。这种检查都属于非特异性检查，在已知症状但不确定具体是何种疾病的情况下用于诊断病因。除此之外还有特异性检查，特异性检查专门针对特殊种类癌症，如前列腺癌等。

注意事项：（1）注意饮食。血检之前不

要使用高蛋白或太过油腻的食物，不能饮酒；（2）空腹。人们在进食之后血糖会相对升高，一般情况下2h后会恢复正常水平。因此一般血液检验一般在早上进行，这时人体内血液的成分达到一种相对稳定的状态，检查结果相对准确一些。不宜超过9:30，采血时间过晚体内分泌的激素会在一定程度上影响血液的成分，出现血糖失真的情况；（3）采血前不能进行剧烈运动，剧烈运动容易导致血液中血糖的含量相对降低，影响肝功能检查和血糖检查。

粪便检验

粪便检验是临床常规化验检查项目之一，通常分为一般性观察、镜下检查和化学检查三种检查方式。通过粪便检验能够较为直观的了解肠胃道一些病理现象，间接判断消化道、胰腺、肝胆功能等症状。

正常情况下呈棕黄色成型软便。若呈柱状且较硬可能患有习惯性便秘；若呈粒状可能患有痉挛性便秘；若呈扁形带状可能是由于肛门狭窄或肛门直肠附近有肿瘤挤压所致；若呈液状可能是食物中毒性腹泻或急性肠炎导致的；若呈黏冻状则可能患有慢性结肠炎或慢性菌痢等。

体液检验

体液是人体分泌的东中液体其中包括唾液、汗液、胃液、精液、乳汁、淋巴液、胸腔液体，羊水等。在医学上，通过对体液的检验不但可以帮助患者确定患病部位，还可以提前发现疾病隐患。如痰液检测，可以通过观察痰液的颜色、气味和状态等判断疾病，检测呼吸道的致病微生物。

除上述介绍的检验项目之外还有诸如免疫检验、微生物检验、生化检验、寄生虫检验等等内容。总之，医学检验涉及的项目有很多种，患者在进行检验时根据医生的医嘱进行相关项目的检查能够有效地帮助医生进行准确的诊断。