

医学检验注意事项

▲ 四川省达州骨科医院 张翼鹏

医学检验是辅助临床确诊疾病的有效辅助手段，但想要保证医学检验的效果，需明确医学检验注意事项，并做好医学检验的质量控制工作，保证医学检验始终在高质量状态下进行，从而提升医学检验整体效果，减少医学检验影响因素，提升医学检验真实性与可信度。

检验项目选择 想要保证医学检验的准确性与真实性，则需结合自己的实际需求，选择相应的医学检验项目，才能尽量获取较多有效信息，保证信息能够得到充分应用。随着医学检验技术的日益提升，用于医学检验的仪器设备以及检验项目日益增多，这一现象要求临床主治医师必须充分掌握医院内引入的各项检验方法，熟悉相应检验项目的检验流程，准确无误的进行医学检验工作，了解各个医学检验项目的优劣性，才能结合受检者实际需求，指导受检者进行相应检验。在指导受检者进行医学检验前，详细评估患

者的病情严重程度，了解患者的原发性疾病，基于患者适应症情况等，才能保证医学检验项目的选取合理性与准确性。

做好检验室质量控制工作 想要保证医学检验的有效性，则需结合医院经济实力，结合检验室实际情况，构建完善的质量管理控制体系，保证医学检验的实际质量。构建相应质量体系的时候，必须结合我国颁布的相应质量管理体系手册，结合医院检验室实际情况，强化对检验室环境、仪器设备、人力资源、技术技能的质量控制，不断提升质量管理效果，继而提升检验室的整体工作质量，提升医学检验的准确性及有效性。

患者准备工作 患者属于医学检验工作的直接参与人员，患者是否做好充分准备，直接影响医学检验的实际效果。以血常规检验为例，若患者严格遵循医护人员教育，禁食时间达到12小时，未进行剧烈运动，情绪处于平缓状态，在抽血前特意静坐15分

钟，未服用药物，则可最大程度上消除血常规检验结果的影响因素。若患者并未遵循血常规检验的相关要求，未进行禁食处理，或进行剧烈运动，或应用药物，或情绪高度紧张等等，均会导致血常规检验结果失真，最终妨碍患者疾病早期确诊，会延误患者疾病，对患者身心健康造成负面影响。

标本采集与转运 医学检验往往通过获取患者的相应标本（血液、尿液、粪便、分泌物等），将标本送入检验科，根据选择的检验项目，进行相关检验工作。但是，检验过程涉及到多项工作，如患者准备工作、标本采集工作、标本转运工作、标本处理以及标本检验等工作。以血液样本为例，采集标本时，必须在做好常规消毒工作，采集血液以末梢血为主，患者采血时尽量处于坐位。获取血样后，将血样置入相应试管中，按照所选检验项目，进行相应处理。部分患者血样需进行抗凝处理，所以试管中必须添加相

应比例的抗凝剂，试管还需进行反复颠倒处理，持续5-6次，可预防小凝块出现。标本处理必须在无菌环境下进行，标本采集后留置时间不能超过2h。想要保证标本采集与转运的质量，首先要对医护人员进行技能培训与道德培训，明确阐述标本采集、转运工作的重要性，促使医护人员充分掌握样本采集流程、方法、顺序，准确无误的完成样本采集及转运工作，最大程度上保障样本的实际质量。标本采集完毕后，还需在试管上粘贴相应标识，标明相关信息，避免样本混乱现象，预防标本结果与患者情况完全不一样的现象。标本离体后必须进行相应处理，才能保证其质量。严格控制标本保存的温度、光照度、湿度以及时间等多重影响因素，保证标本保存的有效性 > 与准确性。实际转运标本期间，必须保证转运人员充分掌握标本转运的相关知识，最大程度上消除转运对标本质量造成的负面影响。

慢性腹泻的中医治疗

▲ 营山县西城社区卫生服务中心 黄小东

腹泻是人们在生活中经常会遇到的一种非常普遍的疾病，慢性腹泻包括大便不成型，或烂或溏，恶心腹痛，间或伴有黏冻脓血，长期迁延不愈，反复发作，继而导致患者吸收不佳，营养缺乏，对机体健康造成影响。常规西医思密达以药物治疗为主，能够取得一定效果,如果采取中医中药辩证疗法，标本兼治，治疗效果更佳。

慢性腹泻症状及常见类型

传统中医学认为，慢性腹泻属于“久泻”范畴，具体病因有内外之分，内因与患者脾胃、肝肾等有关；外因与风、寒、湿、燥、火、暑六淫之邪相关，其中，脾属土，喜燥恶湿，“无虚无湿不成泻”，故湿邪为主要病因。故此，常见类型主要有以下几种：脾虚泄泻型，与脾胃虚弱相关，主要表现为食欲下降、饮食减少、面色萎黄；肾虚泄泻型，主要表现为病程日久，多在黎明前，腹部作痛即泄，泄后即安，伴腰膝酸软；肝郁泄泻型，主要变现为肠鸣攻痛，舌苔薄，脉细弦，患者体内气机壅滞，大便呈溏泄状，腹泻后疼痛明显改善，多伴有情绪紧张症状；寒湿泄泻型，是较为常见的一种慢性腹泻，主要表现为外邪侵入，湿气停滞，体内清气无法上升浊气无法下降，饮食量减少，舌苔白，大便呈水样，伴有腹痛肠鸣症状。

慢性腹泻的中医治疗

辨证治疗 脾虚泄泻型：根据患者临床症状，治疗以益气健脾为主，同时帮助患者理气化湿，可采用中医给药方式进行治疗，可用药参苓白术散加减治疗，可以选用药物包含，党参、炒白术各15g，扁豆、茯苓各10g，橘皮6g，砂仁6g，山药12g，莲米12g，薏苡仁15g。可根据患者实际情况随证加减。脾脏喜燥厌湿，当脾胃虚弱时，容易出现积湿情况，该方剂可以帮助患者益气升清，使患者肠胃功能逐渐恢复正常，具有健脾益气，减轻腹痛症状的作用。

肾虚泄泻型 一般年老体弱者容易患此

病，根据患者临床表现，治疗以温肾暖脾、固涩止泻为主，可给药四神丸加减治疗，选用药物包括肉豆蔻、吴茱萸、五味子、白术等各10g。其中，吴茱萸具有暖脾散寒的效果，肉豆蔻、五味子、白术能够帮助患者恢复阳气。食滞者，可添加山楂20g，有促进消化的作用；年老者久泄不止，可加桃花汤口服，具有固涩止泻，提高患者机体免疫力以防脱阳；腹胀厚重者，可添加陈皮15g、木香6g、槟榔5g，以缓解患者症状。

寒湿泄泻型 针对此类患者，治疗以温化寒湿、健脾助运为主，可用药藿香正气散，其中的藿香具有醒悦脾胃、芳香化湿的治疗效果，再添加紫苏，以理气和中，能够使患者风寒快速外散，实现脾胃恢复调和，水湿重引起清浊不分者加车前子，所谓“利小便、实大便”。

肝郁泄泻型 根据此类患者临床表现，治疗以调和肝脾、补脾柔肝为主，可给药痛泻药方加减治疗，可选用药物包括白芍、白术、神曲各10g，橘皮15g，木香3g，防风；腹泻严重者，肛门灼热这，可加藿香、黄连各6g。将以上药物用水煎服后，每天可服用2~3次，一天一剂药，按疗程服用，能够促使清浊自分，缓解患者症状。

联合疗法 在中药方剂基础上，可联合使用穴位贴敷、针灸疗法，对患者病情减轻有较大促进作用。其中，穴位贴敷，取穴双侧涌泉穴，用药10g吴茱萸，碾磨成粉后，用醋调和为糊状，在穴位上贴敷8小时后取下，每日一次，两周为一个疗程，具有健脾化湿的作用。艾灸疗法，取足阳明胃经、足太阴脾经，取穴足三里、神阙，一日一次进行艾灸疗法，两周为一个疗程，具有调理脾胃，促进肠胃功能恢复，促进病变位置血液循环，减轻患者症状的治疗效果。针灸疗法，可取穴双足三里、气海、双天枢，利用毫针针刺，得气后行撵转补法，每日一次，具有健脾益气，运化水湿的治疗效果，适用于脾虚泄泻型患者。

肾结石碎石后的注意事项

▲ 安岳县毛家镇卫生院 陶卫东

肾结石是一种常见的泌尿系统疾病。患者发病后，多伴有严重剧烈的发热以及疼痛症状,同时存在血尿症状.疾病发生后，需第一时间进行诊断治疗,有效控制疾病，解除结石对人体造成的威胁，改善患者的身体健康。手术是疾病首选治疗方案，其中经皮肾镜碎石术是常用手术治疗方案，但是碎石之后还需要做好自我管理，才能够更好的康复，避免疾病复发。

运动锻炼 运动锻炼过程中能够加速结石排出，结石具有一定的重量，在活动过程中更容易排出。因此患者可以多进行慢跑、跳绳等活动，其中跳绳是最佳运动方法，能够促使结石快速排出。但是很多患者对于跳绳的依从性较低，因此最好还是根据个人的兴趣爱好选择合适的运动方法。

规律作息 肾结石患者需要形成良好的生活习惯，养成良好的起居习惯，定时用餐，不能暴饮暴食，要保持足够的睡眠，同时还要定期户外运动，多晒太阳，有助于改善胃肠蠕动，避免便秘的情况发生。抽烟喝酒不利于人体健康，也容易让身体碱化,更容易形成肾结石,因此要戒烟戒酒，才能够让身体器官保持活力，更好地恢复健康。良好的精神是保持身体健康的重要基础，长期焦虑抑郁容易影响新陈代谢，因此需要调整自身的精神状况，保持心情愉悦，提高身体的免疫力。

饮食管理 肾结石碎石患者需要加强饮食管理，预防疾病复发。患者在碎石后需要向医生询问结石成分，并询问饮食管理要点。不要随意在网上搜索相关资料，因为不同结石成分患者的饮食管理要点存在较大的差异。例如草酸盐结石患者在日常饮食中可以多食用一些碱性食物，例如胡萝卜、白菜、大头菜等食物，而磷酸盐结石患者在日常生活中则需要多使用一些酸性食物，例如杏仁、醋、乌梅等食物。大致上来说，肾结石患者术后需要保持清淡易消化饮食，并且要合理控制食盐摄入量，食盐过多可导致尿液浓度升高，更容

易形成肾结石。因此要多使用鸡蛋、鱼肉、瘦肉等容易消化的食物。同时有部分食物能够预防肾结石，例如黑豆富含矿物质和微量元素，且其具有较高的花青素含量，具有补肾活血的功效，有助于预防肾结石；山药具有保护肾功能的作用，多食用山药能够改善身体状况。此外黑木耳具有溶石效果，能够加速结石排出。

多饮水 肾结石碎石术后需要叮嘱患者多饮水。多喝水的主要目的是起到增加尿流量、冲刷碎石的作用，将细碎的结石尽早排出来。因此需要让患者在术后多饮水，加速结石排出，同时还可以起到预防的作用，降低该病的复发率。临床研究发现，清晨夜间多饮水能够预防肾结石的发生，因此患者需要养成清晨夜间饮水的习惯，从而预防疾病复发。一般情况下肾结石碎石患者每天饮水量在2000~3000mL左右，睡前要喝500mL水，清晨起床后喝200mL水。

多观察排尿情况 腹痛是肾结石的常见症状，当患者自觉疼痛发生部位变化时，通常是肾结石位置改变引起，例如疼痛下移通常是结石下移引起，此时患者需要多饮水，多运动，加速结石排出。部分患者合并轻微血尿症状，这也是排石中的常见症状。若观察到尿液中有石头，可以采集一小部分拿到医院检验，并根据检查结果进行饮食管理。有些结石可能数天就排出了，但也有些结石需要一两个月才能排出，因此碎石术后患者还需要定期门诊随访，并在生活中密切观察自己身体状况变化，若再次腹痛可能是疾病复发，需要及时就医，避免结石完全堵塞输尿管的情况发生。排便之后需要做好卫生清洁，避免尿路感染的情况发生。

规律用药 肾结石碎石之后还需要持续服用熊去氧胆酸3~5天，能够加速结石碎片排出，在检查确定结石完全清除后，还可以维持服用熊去氧胆酸，能够巩固疗效。