

肝功能检查前的注意事项

▲ 驻马店市第四人民医院 徐红

一般在医院体检或者患者住院检查时，医生很多时候会安排检查肝功能，但是大部分人不清楚肝功能检查到底是检查什么，那么，肝功能的检查的主要目的是什么呢，有什么作用？检查前应该注意什么？该怎么去预防肝功能出现异常？

肝功能的检查内容

肝脏功能是反映人体中肝脏的正常生理功能，以及是否因为疾病因素的影响出现了肝细胞被破坏。肝功能检查是最常见的肝脏检查方法，检查采用静脉抽血方式。常规检查项目包括：谷丙转氨酶、谷草转氨酶、谷氨酰转氨酶、碱性磷酸酶、直接胆红素、间接胆红素、总胆红素、白蛋白、总蛋白、球蛋白、凝血四项。

用来判断肝功能是否存在损伤是转氨酶指数，当检查结果出现转氨酶升高（特别是谷丙转氨酶），可能出现肝炎等疾病。谷氨酰转氨酶、碱性磷酸酶两项指数是用来检

以下是临床检测的正常值：

名称	正常值
谷丙转氨酶（ALT）	0~40
谷草转氨酶（AST）	0~37
谷氨酰转氨酶（GGT）	7~32
碱性磷酸酶（ALP）	53~128
直接胆红素（DBILI）	0.0~5.1
间接胆红素（IBILI）	5.0~12.0
总胆红素（TBILI）	5.1~19.0
白蛋白（ALB）	35~55
总蛋白（TP）	60~80
球蛋白（GLB）	15.0~35.0

测患者胆管是否存在损伤。

这些指标中，胆红素是反映肝脏代谢功能的指标。白蛋白、总蛋白是反映肝脏储备能力的指标。凝血四项是反映肝脏的凝血因子能力。

检查前注意事项

由于肝功能检查的多项测定值都和饮食有一定的关系，检查前一天保证晚上八点后不可以再吃任何东西，尽量避免饮水。

检查当天不可以吃任何东西，空腹时间为8~12 h，确保检测结果更准确。

尽量避免在输液后检查或吃完药4 h内检查。如果平时在吃药，在身体条件允许的情况下，尽量可以停药3~5 d，停药的时间越久，对检测的结果影响更小。

肝功能检查前一天，禁食含有胡萝卜素类食物，抽血前10 h同时也禁食含脂肪类的膳食。

检查前一天要保证充足的睡眠，禁止在检查的当天早上进行体育锻炼或剧烈运动，如果运动完，必须要休息0.5 h才可以检查。

肝功能检查前切勿饮酒，饮酒会导致转氨酶的升高，影响检查结果。

预防肝功能异常的方法

戒烟戒酒是非常有必要的，戒烟戒酒可以减少肝脏的负担。

日常养成饮水的习惯，多喝水，从而增加体内血液循环促进新陈代谢。同时，大众也可

以多饮用茶叶等，富含的茶多酚能够有效地防治癌细胞的生长，促进身体内的毒素排出。

多食用菌类食物、富含维生素的新鲜水果蔬菜、豆制品、富含丰富蛋白质等食物。这类食物是可以有效地促进肝脏细胞的修复及再生功能的作用，提高自身的免疫力。

保持好心情，尽量避免过度紧张。适量的运动可以减少慢性疾病的发生，同时也可以避免过度肥胖。

肝功能异常者一定要尽量避免过重的劳动，防止加重肝脏的负担，同时要保证每天有足够的休息时间。

不可以乱服用药物，绝大部分的药物都是需要经过肝脏代谢，不少药物对肝脏都是有损害的，增加肝脏的药物性伤害会加重肝脏损伤。

此外，定期检查也很重要，及时发现，及时治疗，减少伤害。

若要进行肝功能检查，一定要注意上述的注意事项，并在日常生活中要做好预防。

肝胆管结石一定要做手术吗？

▲ 商城县人民医院 葛庆升

很多肝胆管结石的患者会认为，这个病没什么大问题从而不去重视，能扛过去就过去了，导致不得不去进行手术治疗。那么，肝胆管结石到底需不需要做手术呢？什么情况要手术呢？

肝胆管结石概况

胆结石是分布在肝内胆管结石、肝外胆管结石、胆囊结石的总称，是我国局部地区比较常见的疾病。形成结石的重要因素是胆管内的慢性炎症，形成结石的必要条件是胆汁淤滞。患者一般会出现腹痛、高烧、发冷等胆道感染的症状，更有甚者可能出现感染性休克从而危及生命。

肝胆管结石是否需要手术

肝胆管结石不一定都需要进行手术治疗的，需要根据每个病人的症状去判断，是否手术是取决于结石对人体危害的大小。

不需要手术治疗的肝胆管结石 经检查体内的胆结石比较小，且分布在较小的胆管分支内或肝脏边缘胆管内，仅仅引起患者的局部炎症，并且短期内不会引起更严重的危害。患者没有出现肝内相关异常，且没有任何不适症状，是不需要手术。但是要时刻观察，需要定期地去医院复查，防止病情加重等情况。

每个患者自身的情况不一样，所以药物治疗不存在最快最好的药物，应该在医生的指导下结合自身的情况选择适合自己病情的药物。目前没有能消除肝胆管结石的药物，还得依靠手术消除结石。

需要手术治疗的肝胆管结石 患者结石比较大，并且分布在患者体内比较大的胆管分支。如果长期存在可能造成患者的胆管阻塞引起较大的肝胆损害，还可能造成患者的严重腹痛、发热等症状，甚至还出现肝硬化和胆管细胞癌的风险。所以当患者结石较大、严重影响健康时必须尽早的进行手术的治疗，不可以不重视。

肝胆管结石的危害

胆管梗阻 胆管结石有可能造成梗阻的情况，对人体的危害非常大，如果胆管结石是阻塞在胆总管，并且患者伴有细菌性感染，可能会引起急性化脓梗阻胆管炎，甚至严重会引发败血症、感染性休克，甚至危及生命。

胆道感染 胆道如果一旦感染，会造成严重的并发症，（如肝脓肿、肝萎缩、胆汁性肝硬化）而引起相应的症状。严重者会出现急性胆管炎、胆道出血等症状导致死亡。

急性胰腺炎 如结石堵塞的位置正好在胰管的共同开口处，当胆汁流入胰腺内，会引起急性胰腺炎。

肝内胆管癌 胆管内受到结石的长期刺激，形成慢性炎症，有可能发生胆管细胞癌。据资料统计，大约有2%~9%的肝胆管结石的患者在发病后期并发肝胆管癌。

肝胆管结石的预防方法

多喝水，适量运动 预防所有结石的方法之一就是多喝水，然后适量的运动也是有助于排除结石。

戒烟戒酒 抽烟喝酒对身体的影响还是很大的，所以想要预防肝胆管结石，戒烟戒酒是必要的。

良好的饮食习惯 好的饮食习惯也可以减少肝胆管结石的发生，平时注意不要食用高热量、胆固醇含量较高的食物，多食用富含丰富维生素的水果蔬菜，增加自身的抵抗力。其次，控制好自身的体重，避免过度肥胖。要按时吃饭：每天一日三餐要定时吃，特别是早饭必须要吃。同时，要注意卫生，避免食用的食物中含有蛔虫卵。养成定期检查的习惯，如果肝胆管结石拖延时间过长导致胆汁性肝硬化或者癌变时，治疗会非常麻烦。

患者得了肝胆管结石，要及时去正规医院就诊，阻断病情恶化，如能保守治疗尽量采用保守治疗，减少手术治疗的概率。

胃穿孔的常见信号及日常护理

▲ 罗山县人民医院 胡鑫冉

胃穿孔常因胃溃疡、胃癌病史，或在应激、外伤、药物刺激等因素下引发，胃部病变不断加深，最后穿透胃壁4层结构（黏膜层、黏膜下层、肌层、浆膜层）而发生的穿孔。可发生于任何年龄阶段，其中多见于中老年。胃穿孔属于比较严重的急腹症，胃穿孔会导致胃内的胃酸和胃内容物流入腹腔，可能会出现腹部压痛等腹膜刺激征。

本文科普胃穿孔的知识，帮助大家做到防患于未然。

胃穿孔的分类

急性穿孔 最为常见，是属于突发并且程度十分剧烈的腹痛，多自上腹开始迅速蔓延至全腹，严重者可能会出现少尿、意识不清等休克症状，甚至危及生命。在进行体格检查时，可能会出现肌紧张等表现。

慢性穿孔 起病比较慢，此类患者并没有突然的剧烈疼痛，往往表现为餐后上腹部不适感，有时会引起患者的疏忽。

亚急性穿孔 穿孔部位空间局限或穿孔较小，症状较急性穿孔轻。

胃穿孔的常见信号

急性腹痛 患者往往表现为上腹部疼痛，疼痛为突然出现，很快会扩散至全腹部，呈刺痛或酸痛感觉。

休克 出现冷汗、脉搏快、呼吸浅等症状。

恶心呕吐 这是胃穿孔以及许多消化系统疾病的常见症状，多由于消化液反流或对消化道刺激所致。

全身症状 包括发热、肢体发冷、乏力等，严重者还会导致败血症。这是由于胃液外流对腹腔的刺激所致。

日常护理措施

饮食管理 选择温热、营养、清淡、易消化的食物，如米汤、藕粉等，细嚼慢咽。

随着胃肠功能的逐渐恢复，可添加少量的瘦肉和鱼肉，尽量少食多餐，可以选择每日4~5餐为妥，有利于创面的恢复。饮食中适当增加富含维生素B、维生素C的食物，如新鲜蔬菜、水果，可以预防便秘。避免暴饮暴食，避免过冷、过酸、过热、过咸、过鲜、过硬、过甜、不易消化、辛辣刺激、油炸食物，不得食用粗糙食物，防止对创面的刺激。已出血的胃溃疡患者，应立即禁食，出血停止后至少4 h 待医生评估后可尝试进食流食，最好以牛奶为主（也可用豆浆代替），每隔2 h 进食100 ml。

生活管理 注意多休息，避免受凉感冒，平时适量运动，戒烟戒酒。不喝碳酸饮料。避免过度饥饿，经常熬夜、过度劳累。保持心情愉快，避免情绪波动或焦虑不安等。

用药管理 如需非甾体类抗炎药或激素等药物，需严格遵医嘱，并定期检查胃肠道。要注意由于患者机体的特殊性，所以用药不存在绝对的最优疗效，患者一定不要随意增加或减少药剂剂量。

随诊复查 按照医嘱定期复诊，并携带好个人病历、就诊的报告单、化验单、影像学资料和药物处方等。除按医嘱定期复诊外，如果治疗期间症状没有减轻，甚至有所加重，或出现出血、发热、剧烈腹痛等不适，需要及时就诊。复诊时可能会进行相关影像学检查等，需按照医生的嘱咐提前做好相关准备。

以上就是关于胃穿孔的科普知识，尤其是对于胃穿孔的常见信号，大家一定要牢记于心。胃穿孔起病急，进展快，易造成严重的腹膜炎，故临床多采用手术治疗。对穿孔较小、渗出量不多、病情不重或有局限趋向者一般采用保守治疗。

对于已确诊的患者，可能会因为疼痛难忍，出现心烦气躁的现象，家属们一定要做个生活当中的“有心人”，可以多看看胃穿孔保健的知识，积极地鼓励患者，陪伴患者，帮助其树立战胜疾病的信心。