

糖尿病性周围神经病变的症状与护理方法

▲ 河南省宁陵县中医院 郭秋明

在病程不断进展中，糖尿病患者的自身机体状态会改变，从而对神经系统造成损伤，导致发生糖尿病周围神经病变（DNP）。国内一项关于DPN的研究结果显示，糖尿病患者中出现DNP症状的患者约占60.9%。

由于DPN的起病较为隐匿，且患有DNP的人的临床症状也是呈多样化的，因此，临床医疗人员很难尽早发现该病。再加上DNP的病情康复与后续的康复锻炼、生活习惯以及行为方式等息息相关。因此，大家不仅要了解该病症状，以便尽早治疗，还要掌握并配合科学的护理方法，才能有效控制DNP患者病情。

临床症状

运动异常 大部分患者运动受累较轻，DNP患者症状早期时，肌无力及肌萎缩通常并不具有显著的表现，多数患者的症状会持

续数月之久。此外，患者还会出现反射反应减弱，其中脚踝的反射减弱最为显著。

感觉异常 这是DNP患者最为常见的症状。研究显示，约有25%的DNP患者会出现疼痛的感觉。如果患者出现了单一的肢近端无力以及疼痛的话，若未及时治疗，后续肢体疼痛容易加重，并在疼痛的2~3周后并发进行性肌萎缩。此外，DNP患者的疼痛感具有多样性，如电击样及针刺样等，这些疼痛表现也可能会通过不同方式合并表现。

内脏异常 患者可能会出现心血管异常，部分DNP患者明明未做任何体力活动，只是安安静静地休息，也有可能出现心动过速以及头晕等症状。病情严重的话，DNP患者还会出现猝死现象。患者还可能出现消化系统异常的情况，少部分DNP患者可能会因为肠蠕动障碍而出现腹泻以及便秘的临床表现，还有一些患者会因为胃排空的时间延长而出

现上腹饱胀感。

护理方法

睡眠护理 家属及相关护理人员要保证DNP患者的睡眠充足、规律，并要纠正DNP患者不良的睡眠习惯。在进行手术治疗之前，家属及相关护理人员要监督患者饮用少量水，稀释其机体内血液。平常的生活中，家属以及护理人员不仅可以通过给DNP患者提供热牛奶来促进睡眠，也可以指导患者进行呼吸放松术或者听轻音乐等方式促进睡眠。在深夜的时候，家属及护理人员需要尽量减少DNP患者周围的噪声，避免灯光过亮。如果患者还是无法顺利入睡，家属以及相关的护理人员应该遵医嘱给予DNP患者适量的助眠药物促进睡眠。

心理护理 因为DNP患者极易在患病后出现焦虑以及抑郁等不良心理，家属及护理

人员可以通过播放专家讲座视频、列举病情得到有效控制的案例，从而鼓励DNP患者积极配合临床治疗，提升患者对临床诊疗的信心。

运动护理 家属及护理人员要监督并指导患者于餐后后进行30~60 min运动，3~4次/d。家属及护理人员要适当安排DNP患者活动强度，并定时观察、处理不良反应，保证DNP患者运动是安全且有效的。

饮食护理 家属及护理人员要控制DNP患者饮食中含糖量较高食物的摄入，控制热量为第一原则。在生活中不仅要尽量保证DNP患者的饮食是营养均衡的，还要尽量让其每日的饮食具有多样性，增加食欲。

以上是DNP患者的临床症状以及护理方法的相关内容，希望大家能够牢记于心。如果患者出现以上临床症状，一定要及时去医院治疗，避免耽误病情。

一文读懂粪便常规检验

▲ 河南省宁陵县人民医院 华梅

人体相当于一个系统，日常我们需要饮食补充身体能量，通过体内新陈代谢后会产生粪便排出体内。粪便作为人体的废弃物之一，除了可以作为肥料外，还有一个非常重要的作用（反映胃肠道健康）。相信很多人去医院都有做过粪便常规检查，但是很少有能说出通过此项粪便常规可以检查哪些疾病。本文详细介绍粪便常规检验的结果。

性状观察

一般粪便在送到检验科之后，检验科医生首先会用肉眼观察粪便颜色和形状。

正常的粪便呈黄褐色软便并且成形，并存在粪臭。如果粪便表面呈现鲜红色或暗红色，受检者可能存在直肠癌、肛裂、痔疮、直肠息肉等疾病。

如出现黑色的柏油样粪便，可能是消化道在出血后，由于血液在肠腔内停留的时间较长，导致红细胞被破坏，致使粪便变黑发亮似柏油，故称为柏油样便。这种情况常见于上消化道出血，如胃十二指肠溃疡、胃癌、胆道出血等。此外，口服活性炭、铋剂，或食用较多动物血液、肝脏以及补铁剂，也会导致粪便呈黑色。

如出现粪便颜色变浅，灰白色呈陶土样，常见于各种原因导致的胆道梗阻，如胆管癌、胰腺癌、胆管结石等。

如出现细条状粪便，受检者可能患有直肠狭窄，常见于直肠癌或痔疮导致。

如出现水样便或者稀糊状便，常见于各种感染和非感染性腹泻。

显微镜检查

由于粪便里可能存在红细胞、白细胞、寄生虫卵等，这些我们肉眼是没法观察，需要通过显微镜观察。

白细胞 正常的粪便里面没有白细胞或偶尔可见白细胞，如果粪便中存在较多的白细胞，可以说明肠道中存在炎症。

红细胞 正常情况下粪便中不存在红细胞，如果粪便中存在红细胞说明消化道存在出血，可能的疾病如痢疾、溃疡性结肠炎、大肠癌等，需要做进一步检查，如胃肠镜检查、腹部CT检查，帮助诊断。

寄生虫和虫卵 肠道寄生虫病患者，可以从粪便中找到相应的病原体，如蛔虫、蛲虫、绦虫、阿米巴、各类寄生虫虫卵等。粪便显微镜检查是诊断肠道寄生虫病最简便的方式。

细菌检查

粪便里有大量的细菌，存在细菌的重量可以达到粪便干重的1/3，但大多数都是正常的菌群，如大肠杆菌、肠球菌等，不需要担心。

肠道致病菌可以主要通过粪便直接涂片进行镜检或者细菌培养进行检测。此外，还可以进行粪便培养，可以确定细菌的类型及对药物的敏感性。

注意事项

粪便的形状颜色受食物、药物和疾病等因素影响会发生很大的改变，可能会影响检验结果，所以我们在粪便检查时应该注意以下内容：

饮食 在粪便检查前3 d，要注意避免食用动物内脏、动物血、菠菜等绿叶蔬菜，或某些补血药品和维生素C等，避免出现假性结果。

避免标本污染 留取检验标本时要注意不可以被尿液等其他污染源污染，特别是月经期间的女性在采样时需要注意，防止影响检验结果。

器皿要干净避免存在水分 粪便中的细胞会在水分中分解，还会导致粪便中血液成分溶解，所以在取粪便检查时要注意器皿保持干燥。

及时送检 如果是在家自取粪便时要注意好检验时间，最好不要超过1 h，防止时间过久导致检验结果受到影响。

阴道分泌物影响尿常规检验结果

▲ 河南省商丘市中心医院 刘淑苹

阴道分泌物是女性正常的分泌物，但在尿常规的临床检验中，阴道分泌物却会对其造成一定的影响。那么，阴道分泌物到底是什么？又会对尿常规检查造成什么样的影响？本文整理了阴道分泌物和尿常规的相关知识。

阴道分泌物的组成

阴道分泌物即白带，是女性生殖道不同部位的各种物质所构成的一种混合物，女性阴道分泌的液体以子宫内膜和卵巢分泌的部分液体为主，主要细胞成分分为阴道鳞状上皮细胞、少量宫颈柱状上皮细胞、阴道中的多种细菌。

尿常规检查目的

尿常规检查是检查泌尿系统。尿液是血液在肾脏代谢后形成的最终产物，尿液的成分和性质能够反映人体的代谢情况，同时还会受到身体各个系统的功能状态的影响。尿液成分的改变是由于泌尿系统炎症、结石、结核、肿瘤、肾移植排斥反应、肾功能衰竭等原因引起的。同时，糖尿病、胰腺炎、黄疸等疾病会导致血液成分发生变化。因此，尿常规检查可以检验泌尿系统相关疾病。

尿常规检测内容

尿液颜色 正常的新鲜尿液，其外观是清澈透明的，其颜色会随着尿量的不同改变，主要因素为食物成分、尿色素、药物等。

尿液气味 健康人尿液的味道主要是由尿液中挥发酸引起的，比如受检者食用葱、蒜后，尿液中会有一股特别的味道。长期存放的尿液会散发出氨臭味，也有可能与慢性膀胱炎、尿潴留等疾病相关。

尿液pH 尿液的pH值是判断呼吸性或者代谢性酸碱中毒的一个重要指标。正常的尿液在pH4.6~8.0范围内。尿液pH酸碱度低于正常范围时，提示尿液呈酸性，可能与酸中毒、糖尿病、痛风等

相关疾病有关。当尿液pH值超过正常值时，可能会出现碱中毒、尿路感染、严重呕吐等症状。

尿糖 正常情况下，尿液中的葡萄糖含量很低，检测为阴性，如果尿液中的葡萄糖呈阳性，提示尿液中的葡萄糖超标。这可能与糖尿病、肢端肥大症、甲状腺功能亢进等内分泌疾病有关。

尿酮体 正常情况下，人体的尿酮体呈阴性，若检测出尿酮体呈阳性，主要与糖尿病酮症酸中毒、长期饥饿、妊娠毒血症、营养不良等因素有关。

阴道分泌物对尿常规的影响

尿常规检查方法简单，费用低，准确性高，是临床上常用的血液、肾病等检查方法。但在尿液常规检测中，存在着许多干扰因素，如样品存放时间、贮存条件等。

临床上，女性的尿液常规检测结果存在明显的差异，这与女性的解剖结构有关。女性的阴道口接近于尿道，在排尿的时候，有可能一些阴道的分泌物会随着尿液的冲刷而被排出。阴道分泌物是由阴道的上皮细胞、细菌、白细胞等构成的，同时阴道分泌物中也会有红细胞的存在，这会影响到红细胞的检测。另外，由于阴道分泌物是酸性的，会改变尿液的pH值，从而影响到尿液样品的细胞结构和数量，最终影响到检测的效果。

总之，阴道分泌物对尿常规的检测会造成一定的影响。在做尿常规的时候要把阴道分泌物清理干净，然后才能进行中段尿的收集和检测，这样可以确保检测的结果更加可信。

最后，提醒女性检查尿常规前，提前注意自己的阴道分泌物情况，保持良好的个人卫生习惯，减少阴道分泌物对尿常规检查的影响。