

化验单中的箭头 你知道多少

■ 邓 玉

拿到检验报告后,看着各种符号,不少人一头雾水。化验单到底应该怎么看?总的来说,化验单上的定性项目如果出现“+”号或“阳性”,意味着存在异常,需进一步判断病因;“-”号或“阴性”代表正常。定量项目如果出现“↑”或“H”,说明结果高于参考范围,“↓”或“L”表示结果低于参考范围。

血常规

血常规检查可为诊断疾病提供有用线索。很多疾病血液中的各种细胞数量会发生变化。临床医生首先关注的指标是:白细胞总数、红细胞总数、血红蛋白和血小板。

当白细胞数值增多并伴有中性粒细胞百分比升高时,可能有细菌感染,比如尿路感染、呼吸道感染、胃肠炎等。病毒感染常常不会导致其数量有明显改变,甚至降低。白细胞数量一般早晨较低,下午较高,波动最高达50%。若血小板结果低于参考范围,并伴有出血倾向,要查病因。需要注意的是,血小板也会受到某些生理状态的影响,如女性月经期。

男性的红细胞参考范围比女性高。当红细胞降低的同时血红蛋白也降低,有贫血的可能。红细胞数量在不同的海拔高度,其水平也会发生变化。

尿常规

尿常规主要是辅助诊断泌尿系统

感染、结石、急慢性肾炎、糖尿病、黄疸类型等疾病。尿蛋白正常结果为阴性,若尿蛋白持续出现“+”或“阳性”,常意味着肾脏病变。

尿隐血出现“+”或“阳性”同时显微镜检查有红细胞,就是所谓的“血尿”,可见于泌尿系统炎症、感染、结石、肿瘤等,应予以重视。尿葡萄糖一旦出现“+”,建议检测静脉空腹葡萄糖,明确是否有糖尿病,但也有部分人血糖正常而尿糖异常,医学上称为“肾性糖尿”或“应激性糖尿”。

尿常规检查女性应避免经期,以免采集标本时被污染,出现假阳性。另外,如果大量服用维生素C可能会影响尿常规中的白细胞、隐血、酮体、亚硝酸盐的检查结果,而出现假阴性。

便常规

便常规常用来检查消化道疾病,主要是判断肝胆系统功能,了解消化道病理情况。如果有腹泻症状,医生常会建议做便常规检查。

如果粪便隐血试验(OB)呈阳性(“+”),要进一步查因,排除消化道出血、胃黏膜损伤、肠结核、溃疡性结肠炎、肿瘤等问题。如果持续的粪便隐血试验呈阳性应做直肠检查,排除直肠肿瘤风险。

肝功能检查

肝功能检查的常规项目包括:反

映肝脏合成功能的总蛋白、白蛋白、前白蛋白和胆碱酯酶。反映肝细胞受损的有谷丙转氨酶、谷草转氨酶和乳酸脱氢酶,如上述酶类的血清水平升高,可能与运动、服用药物或病毒性肝炎等有关,最好进一步检查,以明确是否为肝炎。

反映胆汁淤积的项目有碱性磷酸酶和γ-谷氨酰转氨酶,后者又与饮酒有关。

肾常规

肾常规检查主要查尿素氮、肌酐及尿酸等。尿素氮升高,要排除急慢性肾炎等疾病。若肌酐超出参考范围,要

明确是否有肾功能损伤;尿酸高反映体内嘌呤代谢情况,长期持续尿酸高会导致肾脏损害和痛风。

需要注意的是,看化验单应该遵循以下原则:一是在医生的指导下来看化验单,避免因自己盲目的理解而出现误判。二是化验单要结合其他检查项目来诊断疾病,包括影像、超声、放射线等,还要结合临床表现、体表等现象。三是看化验单要与过去的指标比较来看,不能断章取义。因为影响化验结果的因素有很多,每个人的体质也不一样,有的项目指标高但是也不能表示一定有某种疾病。



提升医疗服务水平 中国临床实践指南联盟成立

新华社北京电(记者 王琳琳)临床实践指南是给临床诊疗决策提供参考和指导的重要文件,被业界称为医生的“指南针”和“口袋书”。为进一步推动我国高质量临床实践指南的编写制作和执行落地,中国临床实践指南联盟近日在京成立。

国家卫健委医政医管局局长焦雅辉表示,临床实践指南是技术层面对医疗行为的最基本约束,是医疗服务同质化的保证。成立中国临床实践指南联盟能进一步解决指南制定过程中证据收集和解读、多学科参与、利益冲突等问题,力争在未来几年制定出一批符合国际标准、高质量的循证医学临床实践指南。

据不完全统计,2000年至2018年间,我国符合一定要求和质量的指南及共识解读类文献有1593篇,临床指南数量持续增加。但与国际先进水平相比,我国临床指南的质量仍有一定差距。

中科院院士韩启德认为,21世纪以来,我国走过了从单纯引进和解读国际指南到逐步修订和编撰不同学科临床诊疗指南的艰辛历程,医疗服务水平得以不断提升。此次成立中国临床实践指南联盟有助于严谨客观地给予临床指导建议,让更多医疗工作者了解指南撰写的科学方法和标准流程,最终让更多患者获益。

国家卫健委近年也加大了临床

指南的撰写执行和落地力度,针对一些重大疾病、罕见病、突发疾病组织并发布了系列指南,覆盖肿瘤、抗感染、肝病、手足口病、罕见病等领域。抗击新冠肺炎疫情期间,《医疗机构内新型冠状病毒感染预防与控制技术指南》《新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案》等一系列指导性文件更是为我国取得疫情防控重大战略成果发挥了重要作用。

据悉,中国临床实践指南联盟是一个多学科团队加盟的非营利性平台,设立各学科院士团队指导委员会,将为指南的制定者提供方法学、临床研究证据整合、综合项目管理等方面支持。

疫苗接种不能“起大早赶晚集”

新华社记者 王炳坤

近日,安徽、辽宁两省再次出现新冠本土病例。这警示人们,病毒仍未远去,各地还需加快疫苗接种步伐,用全民接种的确定性,应对病毒传播的不确定性。

突如其来的疫情表明,我们并未

进入绝对的安全区,疫苗接种则是已知的构筑免疫屏障的最好方法。目前,各地主动接种疫苗的居民大幅增加,新发疫情无疑是重要的推动因素之一。

我国在疫情防控上作出了巨大努

力,成效有目共睹。疫苗接种是有效遏制病毒传播的“阻隔墙”,我们不能“起大早赶晚集”。过去,我们主要依靠人防、物防等。现在,要增加一道疫苗屏障,我们才能在科学有效和低成本防控中赢得更多主动。

“通鼻五式” 缓解过敏

■ 刘 杨

眼下正值过敏性鼻炎的高发季,中医认为过敏性鼻炎病因是正气不足、无力祛邪,即因脏腑功能失调,再加上外感风寒、邪气侵袭鼻窍所致。那么,如何缓解鼻过敏的不适症状呢?

捏鼻梁。用大拇指和中指指腹捏住鼻梁的两侧,从上往下捏鼻梁10遍。捏起鼻梁处的皮肤即可,边捏边向下移动。

揉鼻部。用中指指腹按揉迎香穴、鼻通穴和印堂穴各30秒,按揉以局部酸胀为度。

擦鼻翼。双手掌搓热放在面颊上,双手食指紧贴鼻翼,上下推擦鼻翼,速度要快,按摩120次以上。压力要适中,以免蹭破皮肤。

闭气冲鼻。两脚交叉而坐,两膝相距与肩同宽。再用鼻子慢慢吸气,吸气末屏气。这时用右手大拇指和食、中二指捏住鼻翼,左右捻动,闭上眼睛,保持3秒,然后慢慢松开手指,同时缓慢用鼻子把气呼出,反复进行3次。捻动时力量不能太轻,以鼻翼酸疼为宜。

冷水浴鼻。每天早上起床后用凉水一盆,把整个鼻子浸入水中稍吸气,使水进入鼻腔,与鼻黏膜充分接触,不要用力过猛。此法小孩慎用,以免呛水。如果有条件,可使用洗鼻器和生理盐水冲洗。