



健康,对每个人都十分重要。定期做体检,可尽早发现身体潜在的疾病,了解自己身体处于何种状态,促进不良生活方式的改善,从而维持个人及家人的健康与幸福。在接受检查前,我们需要知道一些做常规检验的注意事项,做好充分的准备工作,才能确保检验结果的真实性和可靠性。

在接受常规检验前的注意事项

■ 王新梅

影响检验结果的因素

◎**饮食**。很多的检验项目都是要在早上进行空腹采血,比如咖啡、浓茶、可乐这些高糖的食物需要提前禁食;肝功检验、血脂检验、凝血检验等项目会要求患者禁食12~16个小时,且在前一天吃晚饭的时候要特别注意不能饮酒,不能食用高脂肪、高蛋白的食物。饮食方面对血脂检验的影响特别大,患者应该至少保证在抽血的前3天有正常、合理的饮食。

◎**药物**。很多的药物(如雌激素、降血脂的药等)对检验的结果都会产生很大的影响,尤其是血检、尿检和便检这样的生化检验。抗生素的应用对微生物培养的检验结果产生了直接的影响。检验前应该停止对此类药物的使用,如果不能停药,应提前告知相关的检验人员。

◎**运动**。剧烈运动能使人体的血液成分发生变化,这种变化甚至能够持续24小时及以上,所以剧烈的运动之后不能立刻抽血检验,甚至快步行走之后,都必须至少要休息10~15分钟后才能进行抽血检验。抽血要在身体保持平静的状

态下进行。此外,还要注意控制情绪,避免情绪激动。

◎**体位**。很多血浆的生化成分在人体站立、坐或卧这三种不同姿态下有着明显的浓度差异;最佳的采血方式应当是静坐5~10分钟之后使用坐姿从肘静脉处采血;对于卧床的患者可以直接采用卧位进行采血检验。

◎**其他**。尿液的检查:尿常规检查以清晨第一次的中间段的尿液为最佳,提取10毫升左右,务必在2个小时内送去检验。如果要是以检查糖尿为目的的话,应当空腹进行检验。女性在做尿常规检查时,应该避开月经期,以免影响最终判断的结果。

大便的检查:大便常规检验提取5克左右,粪便应当提取新鲜粪便病理的成分,例如粘液、血液(红色或黑色部分);如果没有病理成分,可以各部位任意取材。但是不能被其他的异物污染,不能从尿布上提取大便标本,也不能从夜壶及便盆中提取标本。

临床常规检验注意事项

◎“**饿血**”(空腹抽血)的抽血时间一般是早晨的9点之前。在就



诊前未进餐的患者,应在其他检验项目前,先进行抽血检查。

◎尿常规的检验需要留取晨尿,以“中段尿”为准。

◎门诊的患者需要查大便、小便常规的时候,检验科有准备了一次性的盛装器皿,可以到检验科窗口领取。

临床生化检验注意事项

◎要检查肝功能的患者,需要在抽血的前三天保持平时良好的饮食习惯,抽血前的12小时需要禁食,不能做剧烈运动,可以喝少

量的水,不可多饮。

◎空腹检验血糖的患者,在抽血前不能进食含糖量较高的食物和饮料,也不能输注葡萄糖液体,否则无法进行检验。

◎检验血脂的患者,需要在抽血的前两周保持平时良好的饮食习惯,24小时内不得饮酒,12小时内不得进食,可以少量饮水,不能做剧烈的运动。

总而言之,在接受检查前,一定要做好充分的准备,听从医生的指导,积极配合医生的工作,仔细阅读并遵守注意事项,做到有备无患。

(作者单位:四川洲际胃肠肛门病医院)

肝功能检测项目及临床意义

■ 雷德财

常规肝功能检测就是通过生化实验方法来间接评估肝脏的代谢功能,可有效的反映肝脏功能的基本状况。肝功能检查的种类很多,反映肝功能的试验目前已达700余种,新的试验还在不断地发展和建立。肝功能检查最常用的包括反映肝细胞损伤的试验、反映肝脏排泄功能的试验、反映肝脏贮备功能的试验及反映肝脏间质变化的试验四大类。目前临床上常规肝功能试验主要包括谷丙转氨酶(ALT)、谷草转氨酶(AST)、碱性磷酸酶、胆红素、血清蛋白等项目。

肝细胞中渗漏,细胞膜轻微损伤,可敏感反映炎症活动。急性肝炎患者血清丙氨酸转氨酶往往成倍增加,绝大多数几个月就好了;许多慢性肝炎患者的谷丙转氨酶只有小范围波动,病情却在持续缓慢发展,所以定期进行系列检查比暂时升高更为重要。

谷草转氨酶

只有1/5的酶存在于肝细胞质中,大约4/5的酶存在于线粒体中。线粒体受损时,酶显著增加,反映肝细胞损伤的程度。谷草酶升高的幅度一般小于谷丙酶,如超过谷丙酶且长期持续,提示病变的是慢性变化和进行性。在酒精性和药物性肝病中,该酶主要升高。

碱性磷酸酶

碱性磷酸酶存在于肝、胆管、肠壁、骨、肾、胎盘、白细胞等组织中。儿童和老年人体内这种酶的水平升高明显与骨骼的变化有关。如果同时增加 γ 转氨酶,说明碱性磷酸酶也来自肝胆系统,且均因肝胆系统疾病而增加。如果胆红素也升高,这是一种肝内和肝周围的胆汁淤积性疾病。

γ 谷氨酰转氨酶

γ 谷氨酰转氨酶存在于许多组织,高度集中于肝脏、胰腺和肾脏。在

肝脏疾病中,30%的慢性病毒性肝炎、50%的活动性肝硬化和70%的酒精性肝病中发现 γ 谷氨酰转氨酶升高,这是诊断酒精性肝病的重要指标。临床表明,各种酶试验中,ALT、AST较敏感地提示肝细胞损伤及其损伤程度,反映急性肝细胞损伤以ALT最敏感,反映其损伤程度则AST较敏感。在急性肝炎恢复期,虽然ALT正常而 γ -GT持续升高,提示肝炎慢性化。慢性肝炎 γ -GT持续不降常提示病变活动。

胆红素

间接胆红素和直接胆红素相加就是总胆红素。间接胆红素略有升高,但转氨酶没有升高,这在正常人中并不罕见。间接胆红素升高也发生在黄疸时,当红细胞溶解和肝细胞不能代谢。胆红素直接升高,连同碱性磷酸酶和 γ 转氨酶升高,在胆汁淤积性疾病中可见,包括胆道阻塞和胆汁淤积性肝炎。肝细胞血清中直接和间接胆红素水平升高,黄疸型病毒性肝炎是典型的肝细胞性黄疸。总胆红素大于17.1微摩尔/升为黄疸病例,如果胆红素进行性上升并伴ALT下降,叫做酶胆分离,提示病情加重,有转为重症肝炎的可能。

总蛋白、白蛋白

肝功能障碍,则肝脏合成蛋白

质减少,主要以白蛋白下降明显。但其他蛋白质丢失疾病,如重大面积烧伤、大量血浆渗出、大出血、肾病综合征,疾患所致吸收不良,患有慢性消耗性疾病如结核病、恶性肿瘤、肝硬化等。血清蛋白也低于正常。血清肝脏生化检查无特异性,非肝脏生理病理因素也可能产生异常结果。因此,肝脏疾病的诊断应排除肝脏以外的原因。因为每一项肝功能测试都只能探测到肝脏某一方面的某一功能,到目前为止,还没有一项测试能够反映肝脏的所有功能。因此,为了得到关于肝功能的客观结论,应选择多种肝功能检查组合,必要时进行多次复查。同时,在评价肝功能检测结果时,要结合临床症状综合考虑肝功能,避免片面性和主观性。

血清蛋白电泳

血清蛋白电泳已基本取代了絮浊反应, γ -球蛋白增高的程度可评价慢性肝病的演变和预后,提示枯否氏细胞功能减退,不能清除血循环中内源性或肠源性抗原物质。

此外,透明质酸、层粘连素、Ⅲ型前胶原肽和Ⅳ型胶原的血清含量,可反映肝内皮细胞、贮脂细胞和成纤维细胞的变化,与肝纤维化和肝硬化密切相关。

(作者单位:简阳市川空人民医院)

“4大”因素影响血液标本检验结果

■ 邓开琼

在血液检验过程中,要经历标本采集、送检、保存等一系列步骤。无论哪个环节没有严格按照操作规范执行,都会影响到检验结果,使得数据存在偏差,从而无法为指导病情诊断、制定治疗方案等工作提供有效、可靠的数据支持。因此,严谨操作每一个环节,避免标本误差,提升血液检查结果的可靠性和准确性,显得尤为重要,可以从以下几方面入手:

血液采集时间

血液采集作为血液检验过程中第一环节,其所采集到的血液质量是影响最终结果的根本所在。不少医护人员在采血时仅仅单纯遵从医嘱,

完成采集工作,并未在采血前对验血者“是否服用过某类药物”“是否为空腹”等情况进行详细了解,导致最终检验结果发生异常,从而影响验血者血液检查结果的可靠性。因此,医护人员应当丰富临床经验,在遵循医嘱的同时,主动了解验血者身体情况,如有需要空腹抽血的人员,要坚持采集其空腹时的血液(因为此状态下血液内各类化学成分处于相对恒定状态)。要提前告知验血者,采血前要避免做剧烈运动;不可饮酒;在检查前一天要避免食用油脂过高的食物;避免服用对检查结果有影响的药物。在采血过程中,要建立良好的医患关系,营造和谐的氛围,取得验血者的信任和配

合,对于验血者提出的疑问要耐心解答,并在采血之前告知此次抽取的血量,严格执行查对制度,确保血液检验结果的可靠性。

血液标本采集量

用于收集所采血液的试管内含有少量的抗凝剂,但要使其达到理想的抗凝效果,必须与规定数量的血液相结合。若采集验血者血量过少,可能会导致所采集血液内的有效成分被抗凝剂稀释。但这也并非意味着采血量越多越好,因为如果采血量过多,试管内抗凝剂就会相对不足,抗凝物质不足易导致血液无法充分抗凝,最终使得血液各项数值无法准确

检测,检查结果出现偏差。

所采血液标本有含凝块

所采集的血液发生凝血的原因有以下两点:护理人员所采集的血液在注入试管后未能及时与试管内的抗凝剂有效结合,导致血液未能有效抗凝,产生凝血;护理人员在采血过程中速度过慢产生凝血现象。对此,各位医护人员应当加强责任心,在采血结束后要轻轻摇匀试管,使血液与抗凝剂充分结合,保证正确完成每一项步骤。各位医护人员还要保持严谨的工作作风,掌握正确的采血方法和技巧,准确选择合适的采血试管,从根本上解除凝血

现象,保障血液检验结果的可靠性。

溶血

采血医护人员如在完成血液采集工作后,没有及时拔下针头,将血液直接打进试管内;或者在推注完成后过于猛烈的晃动试管;用具不干燥等情况,都会引发溶血的产生。因为红细胞在途经较细的针头是会受到挤压导致破碎。除此以外,如果验血者在静脉采集血样时,如果抽血不顺利,没有“一针见血”,同样会导致溶血现象的发生。溶血现象导致的后果,即为某些化学成分浓度发生明显改变,影响测定结果的准确性。为此,医院应当定期培训相关采血医护人员,

让其熟悉了解血常规标本凝血的原因及解决办法,并定期考察静脉采血操作,保证采血质量。如出现溶血现象,需通知验血者重新采血、再次抽样,保证结果的真实、可靠性。综上所述,每位临床医护人员应该熟练掌握标本容器的使用,熟知采血前中后期操作规范;在实际工作中,以高度的责任心和服务意识对待患者;在采血工作的各个环节严格遵守工作规范,保证血液质量,从根本上减少误差。

(作者单位:成都市大邑县志昌骨科医院)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。

四川省反邪教协会 举办工作能力培训班



当前反邪教工作形势、反邪教协会的性质与特征、如何加强反邪教协会组织建设以及内蒙古反邪教协会工作情况四个方面作了详细讲解。随后,参训人员与内蒙古自治区反邪教协会就组织建设工作展开深入交流。内蒙古反邪教协会网格编辑李健朱给学员们带来的“借助新媒体发挥网宣阵地作用”主题培训课,课堂内容深入浅出,贴近实际,学员们纷纷表示受益匪浅,具有很强的指导性和操作性。全体学员还前往呼和浩特市赛罕区反邪教警示教育基地观摩。

培训活动中还开展了拓展活动,内蒙古反邪教协会邀请国家三级心理咨询师王健老师向全体学员传授后现代主义的心理咨询、治疗方法。通过拓展活动,为基层开展教育转化工作增添了方法。通过参加此次培训活动,学员们纷纷表示既收获了知识,又增进了友谊,期望能多组织此类学习活动,不断提高基层反邪教协会工作能力。

(省反邪教协会供稿)



四川省各地农民工服务电话一览表(十二)

凉山州	电话:0834-8241838; 地址:美姑县巴普镇美东路
凉山州农劳办	电话:0834-3865109; 地址:西昌市三岔口南路55号凉山州政府
西昌市农劳办	电话:0834-3222573; 地址:西昌市胜利东路85号
德昌县农劳办	电话:0834-5202151; 地址:德昌县惠民路66号
会理县农劳办	电话:0834-5622254; 地址:会理县邮政街221号
会东县农劳办	电话:0834-5422516; 地址:会东县政通路115号
宁南县农劳办	电话:0834-4514892; 地址:宁南县坡砂镇南丝路大厦11楼
冕宁县农劳办	电话:0834-6727246; 地址:冕宁县长征路2号四大班子2楼202
普格县农劳办	电话:0834-4775389; 地址:普格县普基镇新建北路1号
布拖县农劳办	电话:0834-8531199; 地址:布拖县人力资源和社会保障局
昭觉县农劳办	电话:0834-8335062; 地址:昭觉县人民中路6号23栋
金阳县农劳办	电话:0834-8738012; 地址:金阳县天地坝镇西街42号
雷波县农劳办	电话:0834-8822262; 地址:雷波县锦城镇宁远街19号
美姑县农劳办	电话:0834-8241838; 地址:美姑县巴普镇美东路
甘洛县农劳办	电话:0834-7819660; 地址:甘洛县新政府大楼602办公室
越西县农劳办	电话:0834-7777183; 地址:越西县越城镇县委大楼一楼老政务中心
喜德县农劳办	电话:0834-7445232; 地址:喜德县中心街64号
盐源县农劳办	电话:0834-6363615; 地址:盐源县盐井镇政府街56号
木里县农劳办	电话:0834-6523716; 地址:木里县乔瓦镇扎昌街总工会一楼
凉山州劳务开发中心	电话:0834-3865139; 地址:西昌市三岔口南路55号凉山州政府
凉山州驻惠州工作站	电话:13928324929; 地址:广东省惠州市博罗县罗阳镇涌口村小学
凉山州驻东莞工作站	电话:15920202817; 地址:广东省东莞市长安镇新安横安路48号
凉山州驻浙江工作站	电话:13989417805; 地址:浙江省金华市仙华北街花溪路678号
凉山州驻福建工作站	电话:13028161789; 地址:福建省厦门市湖里区悦华路151号办公楼601室G616单元
凉山州驻北京工作站	电话:010-66188852; 地址:北京市西城区白纸坊西街三号西城区法律援助中心

(省农劳办)