

尿常规的哪些指标应引起重视

□ 贾春娟

尿路感染是医院中一种获得性感染途径,在临床泌尿系统疾病中高发,通常因为病原菌侵入患者尿路系统并生长繁殖,造成尿路感染等问题的发生,如若不实施及时治疗将影响患者的身心健康和与其生活质量,因此做好早期临床诊断与治疗极其重要。尿干化学分析仪是检测尿路感染的不可或缺的辅助性诊断设备,有实惠经济、检测快速、操作便捷等特点。如若患者尿亚硝酸盐、尿白细胞等异常,在进行尿常规检测过程中将意味着尿路感染的发生。那么,在实施尿常规检验时,出现哪些指标需要重视呢?下述将做出简要说明。

尿常规检查看的指标有尿液颜色、红细胞、白细胞、尿蛋白、尿糖、尿酮体、尿胆原、尿胆红素、尿比重、酸碱度。

1.尿色:如果尿液中含有粉色和红色,

可能是含有血尿,可能是肿瘤和泌尿系统结石等原因导致的。

2.尿比重,正常尿比重是1.015~1.025。尿比重是指尿液与同体积纯水重量之比,其高低受尿中水分、盐类、有机物含量、蛋白及糖类等影响。尿比重正常在1.015~1.025 范围内,如果出现尿比重增高,往往见于饮水不足、大量出汗或呕吐、心功能不全、血容量不足导致的肾前性少尿、糖尿病、急性肾小球肾炎、肾病综合征等。尿比重降低,见于大量饮水、慢性肾小球肾炎、慢性肾衰竭、肾小管间质疾病、尿崩症等。当出现尿比重异常时需要明确是否发生病理性改变,根据相应的病情按照医生治疗方案进行治疗。

3.尿液中的白细胞和红细胞:尿液中含有大量的白细胞,可能是患者存在炎症。如果尿液中含有大量的红细胞,

可能是由肿瘤和泌尿系统结石导致的血尿。

4.尿糖:当尿液中含有大量的糖分,可能是患者患有糖尿病等原因导致的。

5.正常情况下,尿液颜色是浅黄色至深黄色,红细胞、白细胞、尿蛋白、尿糖、尿酮体、尿胆红素都是阴性,尿胆原小于16,尿比重为1.015~1.025,酸碱度为4.6~8.0。

6.医生通过看尿常规的化验单初步判断疾病,如果红细胞、白细胞阳性,考虑泌尿系统炎症、结石等。尿糖、尿酮体超过正常值,考虑糖尿病酮症酸中毒。尿胆原、尿胆红素升高,要考虑肝胆疾病。

7.尿常规检查也会出现假阳性或者假阴性,因此不能单凭这一项检查来诊断疾病,要结合病史、症状、体征和其他的检查综合判断。

8.+/- 是什么意思?较多医院均采用尿液多联模块的试纸条和干化学分析仪检查尿液。当浸润尿液之后,试纸上的模块会和尿液中的化学成分发生化学反应,以至于模块颜色出现转变。通常情况下,如若尿液中某种成分浓度越高,则颜色的改变就越大。通常而言,检验单中的“-”或阴性,表示尿液中不存在某种成分;“+”或阳性,则表示存在,相应的当“+”越多,则在尿液中此种成分的含量就会越高。

总之,尿常规检测通常会看患者里面的红细胞高不高、白细胞高不高,当然也可以去观察脱落细胞,就是泌尿系统黏膜的脱落细胞高不高,有没有形成一些管型的结构。这样来判断泌尿系统处不处于健康的状态,或者可能面临什么样的亚健康状态,或者面临什么样的临床疾病状态。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

糖尿病患者的自我管理

□ 侯敏

糖尿病是一种常见的慢性疾病,它会影响人体的代谢过程,导致血糖水平升高。糖尿病患者需要长期管理自己的饮食、运动和药物,以保持血糖水平稳定。

一、饮食管理

糖尿病患者的饮食管理非常重要,因为饮食是血糖水平的主要影响因素之一。患者应该遵循低糖、低脂肪、高纤维的饮食原则,少吃含糖量高的食物,如糖果、蛋糕等;少吃高脂肪食物,如肥肉、动物内脏等;多吃富含纤维的食物。此外,患者还应该控制饮食中的盐分和饱和脂肪酸,以减少高血压和心脏病的风险。

二、运动管理

运动是糖尿病患者自我管理的重要组成部分。适当的运动可以增加身体对胰岛素的敏感性,降低血糖水平,同时还可以增强身体的免疫力和抵抗力。糖尿病患者可以选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、游泳等,每周至少进行150分钟中等强度的有氧运动。同时,患者还应该根据自己的身体状况,选择适合自己的运动时间和强度。

三、药物管理

糖尿病患者的药物治疗也是自我管理的重要组成部分。患者应该按照医生的建议按时按量服用药物,不要随意增

减剂量或停药。同时,患者还应该注意药物的副作用和注意事项,如低血糖反应、过敏反应等。

四、自我血糖监测

自我血糖监测是近十年来,糖尿病患者自我管理的重要手段。通过简单便捷的医疗仪器对自身血糖水平进行评估,这种方法快捷比较准确可靠,是日常生活和工作中帮助患者,随时了解血糖水平的好方法。其最大的益处就在于以血糖浓度随时调整饮食,运动以及药物治疗和判断疗效。除了儿童过度年老或者是视力不佳的患者,应在加速帮助下进行监测外,一般可自行使用。血糖检测次

数因人而异,血糖不易控制的一型糖尿病,以及胰岛素功能差的二型糖尿病患者,每日可测四到八次。一般选3餐前以及加三餐后2小时,睡前或者是一到两点监测,病情稳定后逐渐减少测定的次数,一般一周测四到八次。

总之,糖尿病患者的自我管理是保持血糖水平稳定的关键。患者应该注意饮食、运动和药物等方面的管理,同时还要注意自己的身体状况和心理状态。只有通过良好的自我管理,才能有效控制糖尿病病情的发展。

(作者单位:河北省石家庄市中医院)

如何有效缓解呕吐

□ 胡欣楠

呕吐是日常生活中常见的生理现象,但有时也与疾病有关。本文将向大家科普如何正确缓解呕吐,帮助大家出现呕吐时能够得到及时有效的处理。

一、了解呕吐的原因

呕吐的原因多种多样,常见的有:食物中毒、晕车反应、肠胃疾病等。了解呕吐的原因有助于我们采取相应的措施。

二、正确缓解呕吐的方法

1. 保持镇定:首先,保持冷静,不要惊慌失措。如果是因为食物中毒或晕车反应引起的呕吐,一般休息片刻即可缓解。

2. 侧卧休息:呕吐时,侧卧休息可以避免呕吐物堵塞呼吸道。

3. 适当补水:如果呕吐导致体内水分流失过多,可以适当补水,但不要过量,以免加重呕吐症状。

4. 合理饮食:对于肠胃疾病引起的呕吐,饮食要清淡,避免油腻、辛辣等刺激性食物。同时,要少食多餐,避免暴饮暴食。

5. 使用药物治疗:如果呕吐症状较重,可在医生指导下使用药物治疗。常用的止吐药物有胃复安、吗丁啉等。

6. 观察病情:如果呕吐持续不止,或伴随其他症状,如腹痛、腹泻、发热等,应及时就医。

7. 心理疏导:对于儿童和青少年来说,呕吐可能会引起他们的心理压力。因

此,在适当情况下给予心理疏导,帮助他们克服呕吐带来的不适感。

三、注意事项

1. 避免强迫呕吐:如果出现难以忍受的呕吐感,应避免强迫自己继续呕吐,以免加重症状。

2. 保持口腔清洁:呕吐后,应及时用清水漱口,保持口腔清洁,以免引发口腔感染等并发症。

3. 避免过度劳累:长时间呕吐会导致身体疲劳和脱水,因此应适当休息,避免过度劳累。

4. 饮食调理:在呕吐期间,应选择易消化的食物,如米粥、面条等,以减轻肠胃负担。

5. 预防再次呕吐:对于经常性呕吐的人群,应积极寻找病因,并采取相应的预防措施,如保持良好的生活习惯、调整饮食结构等。

总之,正确缓解呕吐需要了解其原因,并采取相应的措施。在出现呕吐时,保持镇定、侧卧休息、适当补水、合理饮食、使用药物治疗、观察病情、心理疏导等都是非常重要的。同时,我们也要注意预防再次呕吐,积极寻找病因并采取相应的预防措施。最后,提醒大家日常生活中注意饮食卫生、规律作息,以预防呕吐等不适症状的发生。如有疑问或持续性的不适感,请及时就医。

(作者单位:河北省沧县医院)

尿白细胞阳性:泌尿系统感染的诊断依据

□ 侯玉林

在我们探讨尿白细胞阳性的重要性之前,首先让我们明确什么是泌尿系统感染。泌尿系统感染是一种由细菌、真菌或其他微生物引起的疾病,这些微生物在泌尿系统中繁殖并引发炎症反应。其主要症状包括尿频、尿急、尿痛,以及尿液颜色改变、气味改变等。当炎症严重时,尿液中的白细胞数量可能会增加,这就是我们常说的尿白细胞阳性。

尿白细胞阳性是泌尿系统感染的重要诊断依据,原因有以下几点:

一、准确性高

尿常规检查中的尿白细胞计数是一种非常准确的诊断工具。如果尿液中存在大量的白细胞,那么这种检查通常可以明确地诊断出泌尿系统感染。这是由于泌尿系统感染的炎症反应会导致白细胞在尿液中的数量增加,进而被检测出

来。因此,尿白细胞阳性可以作为泌尿系统感染诊断的准确指标。

二、敏感性高

尿液中的白细胞不仅代表了泌尿系统感染的存在,而且能准确地反映病情的严重程度。对于早期或轻微的泌尿系统感染,可能仅表现为轻微的尿急、尿频等症状,而尿常规检查可能只显示出轻微的白细胞增加。这时,尿白细胞阳性的敏感性就表现出来了,它可以敏感地捕捉到这些轻微的变化,帮助医生及时调整治疗方案。

三、特异性高

与其他可能导致尿白细胞增加的疾病相比,如尿路结石、肾炎等,泌尿系统感染有其独特的病因和症状。因此,通过观察尿白细胞的多少,我们可以初步判断是否为泌尿系统感染,这大大提高了

诊断的特异性。这也是为什么尿白细胞阳性被广泛用作泌尿系统感染的诊断依据之一。

四、非侵入性

与侵入性诊断方法(如取尿道分泌物)相比,尿常规检查是一种非侵入性的诊断方法。它只需要收集患者的尿液进行简单的化验分析,既方便又安全。而且,对于一些不愿意或不能接受侵入性检查的患者来说,尿常规检查也是一个很好的选择。

五、动态监测

尿白细胞阳性不仅可以用于诊断泌尿系统感染,还可以用于监测治疗效果。在治疗初期,如果尿白细胞的数量开始减少或消失,那么这可能意味着治疗已经开始起作用。反之,如果尿白细胞的数量持续增加,那么这可能意味着治疗没

有取得预期的效果,需要医生调整治疗方案。

然而,我们也要意识到,虽然尿白细胞阳性是泌尿系统感染的一个重要指标,但它并不能作为唯一的诊断依据。医生还需要结合患者的病史、症状、体格检查以及其他实验室检查结果,才能做出最终的诊断。此外,由于一些非感染性疾病也可能导致尿白细胞阳性,所以在进行诊断时,医生还需要排除这些可能性。

总的来说,尿白细胞阳性是泌尿系统感染的重要诊断依据,具有准确性高、敏感性高、特异性高、非侵入性以及动态监测的优点。了解这一点,对于我们及时发现和治疗泌尿系统感染具有重要的意义。希望这篇文章能帮助到大家更好地理解这个问题,从而更好地照顾自己的健康。

(作者单位:河北省香河县人民医院)