

# 脑卒中重要的化验检测指标哪些

□ 李宗儒

行病学研究已证实,高同型半胱氨酸血症是心脑血管疾病的新的、独立的危险因素。动脉粥样硬化、心肌梗塞、脑卒中患者中同型半胱氨酸浓度明显高于正常人,且血浆浓度与心脑血管病的程度和并发症呈正相关。因此,同型半胱氨酸水平的监测对于评估脑卒中风险具有重要意义。

## 5. 凝血功能

凝血功能检查是脑卒中患者必须完善的项目之一。包括凝血酶原时间、部分凝血活酶时间、纤维蛋白原等指标,用于评估患者的凝血功能。凝血功能异常可能导致血栓形成或出血倾向,从而影响脑卒中的治疗和预后。通过凝血功能检查,医生可以判断患者是否适合使用溶栓、降纤药物进行治疗。

## 6. 其他重要指标

除了上述指标外,还有一些其他重要的化验检测指标也值得关注,包括:血常规:检查白细胞、红细胞、血小板等指标,了解患者的整体健康状况。

肝肾功能:评估肝脏和肾脏的功能,因为肝肾功能异常可能影响药物的代谢和排泄,从而影响治疗效果。

电解质:包括钠、钾、氯等电解质的测定,以确保体内电解质平衡。

心肌酶谱:检查心肌酶的水平,排除心肌梗死等心脏疾病,因为心脏疾病也是脑卒中的重要风险因素之一。

脑型钠尿肽(BNP):这是一个与心衰和心血管事件相关的标志物,其增高可以预示心脏功能不全,从而增加缺血性脑卒中的风险。

结语:预防胜于治疗

脑卒中是一种严重的脑血管疾病,其发生和发展与多种因素密切相关。通过定期监测上述化验检测指标,结合临床表现和影像学检查,医生可以全面评估患者的脑卒中风险,并制定个性化的治疗方案。

然而,更重要的是,我们应该从日常生活中做起,采取健康的生活方式,如合理膳食、适量运动、戒烟酒、心理平衡等,以降低脑卒中的发病率和致残率。

总之,脑卒中是一种可防可治的疾病。通过科学的化验检测指标监测和全面的健康管理,我们可以有效降低脑卒中的风险,提高生活质量。让我们共同努力,为健康护航!

(作者单位:广西玉林市容县中医院)

# 血友病患者预防出血的重要性及提高生活质量的措施

□ 梁静文

我护理能力

家长和患儿应了解血友病的基本知识,掌握预防出血的方法。医护人员应向家长和患儿普及血友病的发病机制、临床表现、治疗方法和预防措施等方面的知识,帮助他们树立正确的疾病观念,提高自我护理能力。同时,家长应密切关注患儿的身体状况,发现异常及时就医。

## 2. 合理安排饮食,保持营养均衡

血友病患者应保持营养均衡,多摄入富含维生素K的食物,如绿叶蔬菜、动物肝脏等。维生素K有助于促进凝血因子的合成,提高凝血功能。此外,患儿还应避免摄入过多高脂、高糖、高盐的食物,以免对身体造成不良影响。

## 3. 适当运动,增强体质

适当的运动可以增强血友病患者的体质,提高抵抗力。家长应根据患儿的年龄和身体状况,选择合适的运动方式,如散步、慢跑、游泳等。在运动过程中,家长应密切关注患儿的身体状况,避免剧烈运动或过度劳累,以免引发出血。

## 4. 定期接受检查,及时调整治疗方案

血友病患者应定期接受凝血功能检查,以便及时了解病情变化,调整治疗方案。医生会根据患儿的具体情况,制定相应的治疗计划,包括凝血因子的补充、止血药物的使用等。家长应遵医嘱,按时给患儿服药,确保治疗效果。

## 5. 关注患儿心理健康,提供心理支持

血友病患者由于长期受到疾病的困扰,容易出现焦虑、抑郁等心理问题。家长和医护人员应关注患儿的心理健康,及时给予心理支持。可以通过与患儿沟通、倾听他们的心声、鼓励他们树立信心等方式,帮助他们保持积极的心态,勇敢面对疾病。

## 三、结语

预防出血、提高生活质量是血友病患者及其家庭面临的重要任务。通过加强健康教育、合理安排饮食、适当运动、定期接受检查以及关注患儿心理健康等措施,我们可以有效降低血友病患者的出血风险,提高他们的生活质量。同时,我们也应关注血友病的研究进展,积极寻求新的治疗方法,为血友病患者带来更好的未来。

## 四、展望未来:寻求创新治疗与个性化管理

尽管血友病目前尚无根治之法,但随着医学研究的深入和技术的不断创新,我们有望在未来找到更为有效的治疗方法。基因治疗、干细胞治疗等前沿技术为血友病的治疗提供了新的可能性。此外,个性化管理也逐渐成为血友病治疗的新趋势,根据每个患儿的具体情况制定针对性的治疗方案,有望进一步提高治疗效果和生活质量。

同时,我们也应看到,预防出血和提高生活质量并非一蹴而就的过程,需要患儿、家长、医护人员以及社会各界的共同努力。政府应加大对血友病等罕见病的投入和支持,推动相关研究和治疗技术的发展;医疗机构应提高血友病的诊疗水平,为患儿提供更为优质的医疗服务;社会各界应加强对血友病的宣传和教育,提高公众对血友病的认识 and 关注度。

总之,预防出血、提高血友病患者的生活质量是一项长期而艰巨的任务。我们需要不断探索和创新,为血友病患者带来更为有效的治疗方法和更好的生活体验。相信在不久的将来,我们一定能够攻克血友病这一难题,让孩子们拥有更加健康、快乐的童年和未来。

(作者单位:广西钦州市第一人民医院)

# 慢性支气管炎患者的日常护理要点是什么

□ 伊慧

重要。患者应保持均衡的饮食,摄入充足的维生素和矿物质。可以多吃新鲜的蔬菜、水果、坚果等富含维生素C、维生素E和抗氧化剂的食物,这些食物有助于增强免疫力,促进呼吸道健康。同时,应避免食用辛辣、油腻、刺激性食物,如辣椒、油炸食品等,以免加重症状。

## 三、适量运动,提高肺功能

适量的运动对慢性支气管炎患者是有益的。患者可以选择适合自己的有氧运动,如散步、慢跑、游泳、骑自行车等,这些运动能够加强呼吸系统和肺功能,提高身体的免疫力。但需要注意的是,运动强度应逐渐增加,避免过度劳累。运动时间最好在早晨或傍晚,避免寒冷空气刺激。在运动时,患者应保持适当的呼吸节奏,避免急促呼吸导致的呼吸道干燥和刺激。

## 四、做好呼吸道管理,保持通畅

慢性支气管炎患者应及时清除痰液,保

持呼吸道通畅。咳嗽时,可以用手轻轻按压胸部,帮助痰液咳出。呼吸困难时,可采用深呼吸和有效咳嗽的方法,以促进痰液排出。此外,患者还可以定期进行呼吸功能锻炼,如吹气球、缩唇呼吸等,以增强呼吸肌的力量和耐力。在干燥的环境中,可以使用加湿器或多饮水,以保持呼吸道湿润。

## 五、预防感染,接种疫苗

慢性支气管炎患者容易发生上呼吸道感染,加重病情。因此,患者应特别注意预防感冒和其他呼吸道感染。在寒冷季节或气候骤变时,要注意保暖,特别是足部的保暖,防止受凉感冒。同时,患者应避免前往人群密集的场所,以减少感染的机会。根据医生建议,患者可以接种流感疫苗和肺炎球菌疫苗,以降低感染的风险。

## 六、定期复查,关注病情变化

慢性支气管炎患者应按照医生的建议定

期复查,包括肺功能检查、血常规等,以监测病情的变化。如果发现病情有所加重或出现新的症状,应及时就医。此外,患者应保持良好的心态,避免焦虑、紧张等情绪,这些情绪可能会加重症状。家属也应给予患者关心和支持,帮助他们更好地应对疾病。

## 七、心理护理与社交活动

慢性支气管炎是一种慢性病,病程较长,患者可能会产生焦虑、抑郁等负面情绪。因此,心理护理对患者来说非常重要。患者可以参加社交活动,保持积极的生活态度,这有助于缓解负面情绪,提高生活质量。

总之,慢性支气管炎患者的日常护理需要综合考虑环境、饮食、运动、呼吸道管理、预防感染等多个方面。通过合理的护理,患者可以延缓病情进展,提高生活质量。

(作者单位:山东省淄博市桓台县索镇卫生院)

脑卒中,又称脑中风,是一种突然起病的脑血液循环障碍性疾病。由于脑血管病变导致颅内动脉狭窄、闭塞或破裂,引起急性脑血液循环障碍,临床上表现为一过性或永久性脑功能障碍的症状和体征。

为了有效防治脑卒中,了解其重要的化验检测指标至关重要。本文将详细介绍脑卒中中相关的几个关键检测指标,旨在提高公众对脑卒中的认识和预防意识。

## 1. 血糖

血糖水平是评估脑卒中风险的重要指标之一。高血糖,特别是持续的高血糖,被认为是脑卒中的主要风险因子。高血糖可导致动脉硬化,增加血栓形成的风险,进而增加脑卒中的发生几率。糖化血红蛋白(HbA1c)是反映过去2-3个月内平均血糖控制的指标。研究表明,每增加1%的HbA1c,脑卒中的风险增加12%。因此,定期监测血糖和HbA1c水平,对于预防和控制脑卒中具有重要意义。

## 2. 血脂

血脂异常是脑卒中的另一个重要危险因素。血脂主要包括胆固醇、甘油三酯、高密度脂蛋白胆固醇(HDL-C)和低密度脂蛋白胆

固醇(LDL-C)。高甘油三酯血症和高胆固醇血症都与动脉粥样硬化的形成有关,进而增加缺血性脑卒中的风险。

甘油三酯:血清甘油三酯水平受年龄、性别和饮食的影响。甘油三酯增高可见于家族性高甘油三酯血症、糖尿病等疾病。

胆固醇:高胆固醇血症与动脉粥样硬化的形成有明确关系。LDL-C是动脉粥样硬化发生和发展的主要脂类危险因素,而HDL-C则被认为具有保护作用,其水平降低与心血管疾病的风险增加相关。

## 3. 血尿酸

血尿酸是人体内嘌呤类化合物代谢的终产物。尿酸浓度升高与嘌呤的过量合成和肾脏对尿酸的排出减少有关。高尿酸血症不仅是痛风的危险因素,还与缺血性脑卒中的发生有关。研究表明,高尿酸血症是急性缺血性脑卒中转归不良(死亡或生活依赖)和卒中后血管事件高发的独立预测因素。因此,监测血尿酸水平对于预防脑卒中同样重要。

## 4. 同型半胱氨酸

同型半胱氨酸是一种含硫氨基酸,是蛋氨酸代谢的中间产物。大量的临床研究和流

随着医学科学的不断进步,我们对各种疾病的认知和治疗手段也日益完善。然而,对于血友病这一遗传性凝血障碍疾病,尽管我们已经取得了一定的研究进展,但至今仍无法完全治愈。因此,对于血友病患者及其家庭来说,预防出血、提高生活质量显得尤为重要。本文将围绕这一主题,从医学科普的角度,详细介绍血友病患者预防出血的重要性以及提高生活质量的措施。

## 一、血友病患者预防出血的重要性

血友病是一种遗传性凝血因子缺乏症,患者血液中缺乏或功能异常凝血因子,导致出血倾向。血友病患者在日常生活中,稍有不慎就可能发生出血,严重时甚至危及生命。因此,预防出血对于血友病患者来说至关重要。预防出血不仅可以降低患儿的痛苦,还可以减轻家庭的经济负担和精神压力。此外,预防出血还有助于减少并发症的发生,提高患儿的生活质量。因此,家长和医护人员应高度重视血友病患者预防出血的工作,采取有效的措施,降低出血风险。

## 二、提高血友病患者生活质量的措施

1. 加强健康教育,提高患儿及家长的自

慢性支气管炎是一种由感染或非感染因素导致的气管、支气管黏膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。患者常出现咳嗽、咳痰、喘息等症状,且病程较长,易反复发作。除了药物治疗外,日常护理对慢性支气管炎患者的生活质量及病情控制至关重要。以下是慢性支气管炎患者日常护理的要点,旨在帮助患者更好地管理疾病,提高生活质量。

## 一、保持空气清新,避免有害环境

慢性支气管炎患者应尽量保持室内空气清新,定时通风换气,以减少室内空气中的细菌、病毒和其他有害物质的浓度。同时,要避免接触有害气体、烟雾和粉尘,如避免吸烟、远离二手烟、减少厨房油烟等。在室外活动时,应避开空气污染严重的区域,如工业排放区、交通繁忙的街道等。

## 二、合理饮食,增强免疫力

饮食对慢性支气管炎患者的健康至关