

浅表肌骨超声能做哪些检查

□ 曹永峰

基于超声波在组织中的传播特性，超声波是一种高频声波，其频率通常在1到20兆赫之间。在超声波传播过程中，会与不同组织的介质界面发生反射，从而形成完整的图像。浅表肌骨超声中使用的超声探头发射超声波，并接收被组织反射回来的信号，这些信号经过放大、处理等工序后，能转化为图像显示在超声上。

二、肌骨超声检查适应症有哪些呢？

肌骨超声检查常用于评估肌肉损伤，如运动员在训练或比赛中可能会出现肌肉拉伤、肌肉破裂等情况，肌骨超声检查可帮助医生确定损伤程度，指导后续的治疗方案；肌骨

超声检查能评估骨折的愈合情况，有助于医生判断是否需要手术干预。同时，肌骨超声检查也适用于关节疾病的诊断，如关节炎是一种常见的疾病，肌骨超声检查可检测关节内软骨和滑膜的情况，评估关节炎的程度和影响范围，并指导医生选择合适的治疗方法。肌骨超声检查还能帮助诊断关节滑膜炎、滑膜囊肿等疾病。

三、肌骨超声能做哪些检查？

1. 检查浅表肿物。超声波可以穿透皮肤和软组织，观察和评估深层肿物的大小、形状和性质。这对于早期发现和诊断各种肿瘤、囊肿、脓肿等病变非常有帮助。

2. 肌肉和韧带损伤的诊断。通过观察超声图像，医生可以判断肌肉或韧带是否受伤，并评估损伤程度。这对于制定合理的治疗方案和预测康复时间非常重要。

3. 检查6大关节，即肩关节、肘关节、手腕关节、髋关节、膝关节和踝关节。通过观察关节周围软组织的情况，医生可以评估关节的稳定性、关节囊和韧带的损伤程度，以及是否存在滑囊炎等炎症性疾病。

4. 诊断炎症性疾病，如风湿性关节炎、强直性脊柱炎等。超声波可以显示关节内的炎症水肿、关节积液等病变，帮助医生做出准确的诊断。

(作者单位：河南省濮阳市安阳地区医院)

胃肠镜检查前需要注意事项

□ 崔家鑫

1. 检查当天请穿着易于穿脱的衣服，以便于医生进行操作。建议穿容易穿脱的连衣裙或分体式手术衣等。

2. 如穿着不便，请在检查前更换或寻求帮助。不建议穿着有扣子、拉链或过多口袋的衣服，以免影响检查过程。

三、药物使用说明

1. 检查前需要服用的药物种类较多，请务必按照医嘱按时服用，如有疑问，请及时咨询医生。某些药物可能会影响胃肠镜检查的结果，如抗凝药、活血药等，请在检查前咨询医生是否需要暂停使用。

2. 某些药物可能需要逐渐减量或停药一段时间后才能进行胃肠镜检查，如某些降压药、降糖药等。请务必遵循医生的建议。

四、不适症状及解决方法

1. 恶心和呕吐：这是胃肠镜检查时常见的不适症状。请及时告知医生，他们会采取相应的措施缓解不适。如有严重呕吐症状，请考虑进行无痛胃肠镜检查。

2. 腹痛：腹痛可能是由于胃肠蠕动或检查过程中刺激所致。

如疼痛难以忍受，请及时告知医生，必要时可考虑进行无痛胃肠镜检查。

3. 腹泻：腹泻可能是由于泻药的作用所致。请注意观察大便颜色和量，如有异常，请及时就医。

五、术后注意事项

1. 休息：检查结束后，请在观察室休息片刻，确认无不适症状后再离开。如有异常症状，请及时就医。

2. 饮食：通常医生会在检查后给予饮食

建议，请遵医嘱。一般需等待肠道完全恢复后再恢复普通饮食。如有不适，请咨询医生是否可以进食。

六、特别提醒

1. 胃肠镜检查是一项严谨而重要的检查手段，如需进行胃肠镜检查，请务必做好充分的准备和注意事项的遵守。

2. 请相信医生的专业能力，他们会在整个过程中给予你最好的照顾和支持。如有疑问或恐惧，请及时与医生沟通。

总的来说，胃肠镜检查前需要注意的事项非常多，希望这篇科普文章能帮助你了解并做好充分的准备。

如果你还有其他问题或疑虑，请随时咨询专业医生。祝你健康愉快！

(作者单位：河北省张家口市第一医院)

如何通过血常规检测白细胞

□ 郭建明

二、白细胞有哪些类型？

白细胞有多种类型，其中最重要的是淋巴细胞、单核细胞、中性粒细胞和嗜酸性粒细胞。不同类型的白细胞在应对感染和疾病时有着各自的角色和功能。例如，中性粒细胞主要负责抵御细菌入侵，淋巴细胞则参与抗病毒和免疫细胞的调节。

三、白细胞的数量和比例有何意义？

白细胞的数量和比例在血常规检查中具有重要的意义。它们可以帮助医生评估身体的免疫反应，以及是否存在感染、炎症或其他潜在的健康问题。如果白细胞数量或比例异常，可能意味着身体存在某种疾病或损伤，需要进一步的检查和治疗。

四、如何通过血常规检测白细胞？

血常规检查通常是通过采血来进行的。医生或检验师会从患者的静脉中抽取血液样本，并对其进行化验。白细胞的数量和比例是血常规检测中的重要指标之一。当白细胞数量或比例出现异常时，医生会结合其他检查结果以及患者的症状和病史，做出相应的诊断和治疗建议。

白细胞的重要性不容忽视。它们是我们身体的守护者，时刻准备着应对各种潜在的健康威胁。通过了解白细胞的基本概念、类型、数量和比例的意义，以及如何通过血常规检测白细胞，我们可以更好地理解自己的健康状况，并采取相应的预防和治疗措施。

除此之外，我们还应该了解一些与白细胞相关的健康知识。例如，白细胞的数量和功能会受到许多因素的影响，包括年龄、饮食、生活习惯、药物等。因此，保持良好的生活习惯和饮食习惯，避免滥用药物，都有助于提高身体对疾病的抵抗力，保护白细胞的功能和数量。

总之，白细胞是我们体内的重要细胞，它们在免疫系统中发挥着至关重要的作用。通过了解血常规中的白细胞，我们可以更好地关注自己的健康状况，及时发现并处理潜在的健康问题。让我们珍爱身体，关注白细胞，共同守护我们的健康。

(作者单位：中国人民解放军陆军第八十一集团军医院)

提高脑损伤后遗症患者康复效果和生活质量的建议

□ 霍嘉雯

3. 认知训练：认知训练可以帮助患者改善注意力、记忆力、思维敏捷性等方面的问题。通过游戏、记忆训练等方式进行认知训练，可以提高患者的认知功能。

4. 心理辅导：脑损伤后遗症可能导致情绪障碍、焦虑、抑郁等问题。患者需要接受心理辅导，学会调节情绪，增强自信心。同时，家人和朋友的关心和支持也是患者康复的重要因素。

二、生活管理

1. 饮食管理：合理饮食有助于改善身体状况，促进康复。建议患者多食用富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，如瘦肉、鱼类、水果、蔬菜等。避免高脂肪、高盐、高糖等不健康的食物。

2. 睡眠管理：良好的睡眠有助于恢复体力，提高免疫力。建议患者保持规律的作息时间，创造舒适的睡眠环境，如合适的枕头、被子和安静的睡眠环境等。

3. 社交活动：适当的社交活动可以增强患者的社交能力，改善心理状态。鼓励患者与他人交流，参加社交活动，如社区活动、志愿者工作等。

4. 定期检查：定期检查有助于及时发现病情变化，调整治疗方案。建议患者定期到医院进行身体检查和神经系统检查，以便医生根据检查结果调整康复方案。

三、家庭和社会支持

家庭的支持对患者康复至关重要。家人

应给予患者关爱、关心和耐心，帮助患者完成日常活动，鼓励患者积极参与社交和康复训练。同时，社区和政府机构也应该为患者提供必要的支持和帮助，如提供康复设施、优惠政策等。

总之，提高脑损伤后遗症患者的康复效果和生活质量需要从多个方面入手，包括康复训练、生活管理、家庭和社会支持等。患者应在专业医生的指导下进行康复训练，同时保持良好的生活习惯和心态，积极参与社交和康复活动。家庭和社会应给予患者足够的支持和关心，共同促进患者的康复和生活质量的提高。

(作者单位：河北省唐山市丰润区人民医院)

你有没有想过，我们的身体内部是否会发出声音？当我们活动身体时，是否能听到肌肉和骨骼的“声音”？其实，这些问题背后隐藏着一门神奇的医学技术——浅表肌骨超声。

本文将为大家揭开这一技术的神秘面纱，探索骨骼和肌肉的“声音”。

一、什么是浅表肌骨超声？

浅表肌骨超声是一种常用的医学诊断技术，通过使用超声波观察人体浅表肌骨结构。其能提供非侵入性、实时性、无辐射的影像，被广泛应用于骨折、韧带损伤、肌肉拉伤等疾病诊断方面。浅表肌骨超声的基本原理

一、检查前准备

1. 饮食调整：在检查前三天，请注意饮食卫生，避免油腻、辛辣、刺激性食物。检查前一天晚餐后应禁食，以确保胃部清洁。

2. 药物使用：如果医生要求你服用药物，请按照医嘱按时服用。通常需要服用抗酸剂或泻药，以清除肠道内的粪便和食物残渣，方便医生观察。

此外，某些药物可能会影响胃肠镜检查的结果，如降压药、降糖药等，请在检查前咨询医生。

3. 心理准备：胃肠镜检查可能会带来一些不适感，但请相信医生会尽力减轻痛苦。如有任何疑问或恐惧，请及时与医生沟通，必要时可考虑进行无痛胃肠镜检查。

二、穿着要求

在我们探讨血常规中的白细胞之前，让我们先来了解一下血常规的基本概念。血常规是医学检验中的一项常规检查，通过对血液中的各种细胞数量和比例的检测，可以反映人体的健康状况。白细胞是血常规检查中的重要组成部分，它们在我们的身体中发挥着至关重要的作用。

一、白细胞是什么？

白细胞是血液中的一种细胞，它们是免疫系统的重要组成部分。白细胞的主要任务是保护我们的身体免受感染和疾病的侵害。它们通过吞噬细菌、病毒或其他病原体，或者通过释放化学物质来激活免疫反应，帮助身体清除外来入侵者。

脑损伤后遗症是一种常见的神经系统疾病，对患者的生活质量和身心健康造成严重影响。为了提高患者的康复效果和生活质量，本文将提出一些建议，从多个方面阐述如何进行康复训练和生活管理。

一、康复训练

1. 运动疗法：适当的运动有助于促进血液循环，增强肌肉力量，提高关节灵活性。建议患者在专业医生的指导下进行康复训练，包括有氧运动、肌肉力量训练和平衡训练等。

2. 语言疗法：脑损伤可能导致语言功能障碍，如失语症、构音障碍等。针对不同的语言障碍，医生可以制定个性化的语言康复方案，如发音训练、口语表达训练等。