

血液检验在健康筛查中的作用是什么？

陈丽娇 元氏县双惠医院

血液检验在健康筛查中扮演着至关重要的角色。它是一种非常常见和有用的医学检查方法，通过分析血液样本中的各种指标，可以提供许多关于身体健康状况的信息，有助于早期发现疾病、评估健康风险、监测疾病进展以及指导治疗方案。医生或护士会在患者的手臂上绑扎一根松紧带，以增加静脉内的血液压力，使静脉鼓胀，更容易采集血液样本。医务人员会用消毒剂清洁采血部位，通常是手臂的内侧肘部或手背部的静脉。他们会用一根注射器或针头穿刺静脉，将血

液采集到试管或血液采样容器中。采集完成后，他们会轻轻拔出针头，并在采血部位敷上纱布或棉球，帮助止血。采集的血液样本将送往实验室进行分析和检测，医生将根据检测结果制定相应的诊断和治疗方案。

血液中含有丰富的信息，如血红蛋白水平、白细胞计数、血小板计数等，这些指标可以反映出身体的整体健康状况。例如，白细胞计数增高可能暗示着感染或炎症的存在，血小板计数异常可能与出血倾向相关。血液中的生化指标如血糖、肝功能、肾功能等也可以提供重要的诊断信

息，有助于发现糖尿病、肝炎、肾病等疾病。通过监测血脂、血糖、血压等指标，可以评估心血管疾病、糖尿病、高血压等慢性疾病的风险。早期发现潜在的健康问题，可以采取相应的生活方式改变或药物干预，有助于降低患病风险，延长寿命。对于已经确诊的疾病，如艾滋病等，定期进行血液检验可以监测疾病的进展情况，评估治疗效果，及时调整治疗方案。例如，有些患者的检测标志物水平可以反映病症的活动程度，有助于判断治疗效果和预后。血液检验还可以用于特定人群的健康筛查和预防性检

查。例如，孕妇常规进行的产前筛查中就包括血液检验，用于检测贫血、乙型肝炎感染、梅毒等疾病，保障母婴健康。另外，一些职业或特定人群也需要定期进行血液检验，以评估工作环境或特殊暴露对健康的影响等。

总而言之，通过血液检验能够提供丰富的健康信息，帮助早期发现疾病、评估健康风险、监测疾病进展以及指导治疗方案，为个体健康提供了重要的支持和保障。因此，定期进行血液检验，保持身体健康，是每个人应该重视和采取的健康管理措施之一。

筋伤治疗，物理疗法有哪些？

高佳丽 元氏县中医院

筋伤，作为常见的运动损伤之一，影响着无数人的日常生活和运动表现。物理疗法，作为一种安全有效的治疗手段，已被广泛应用于筋伤的康复过程中。它通过一系列非药物、非手术的方法，旨在缓解疼痛、促进组织修复和恢复功能。

一、筋伤的原因

筋伤，通常指肌肉、肌腱或韧带的损伤，可能由多种原因引起。直接外力撞击，如跌打、撞击，可导致肌肉撕裂或断裂。过度使用或重复性动作，如长时间重复同一动作，可能导致肌腱炎或肌肉劳损。不当的运动或突然的剧烈运动，如未充分热身即进

行高强度锻炼，可能引起肌肉拉伤。不正确的姿势或长时间保持同一姿势，会导致肌肉紧张和疼痛。

二、物理疗法的优势

物理疗法以其非侵入性、安全性和有效性而著称。它利用物理因子如热、冷、光、电、水、声波等，以及运动和手法治疗，来促进身体自然愈合过程。物理疗法能够针对性地缓解疼痛、减少炎症、增强肌肉力量、提高关节灵活性和改善血液循环。它适用于各种年龄和健康状况的人群，且副作用小，同时，易于患者接受，也广泛应用于康复和预防等。

三、治疗筋伤的物理疗法

冷敷疗法：使用冰袋或冷敷包在受伤部位进行冷敷，通常在受伤后的48小时内进行，每次15-20分钟。热敷疗法：使用热水袋或热敷包在受伤部位进行热敷，通常在受伤48小时后进行，每次15-20分钟。电疗：包括经皮电神经刺激(TENS)、干扰电疗等，应在专业人员指导下进行。超声波疗法：使用超声波治疗仪在受伤部位进行治疗，治疗强度和时间需根据个人情况调整。激光疗法：使用激光治疗仪在受伤部位进行照射，治疗参数需由专业人员设定。牵引疗法：使

用牵引设备对受伤部位进行牵引，牵引力度和时间需根据个人情况调整。按摩疗法：由专业按摩师进行手法按摩或使用按摩器械，按摩力度和部位需根据个人情况调整。运动疗法：包括被动运动、主动辅助运动、主动运动等，运动强度和方式需由专业人员指导。

因此，物理疗法在筋伤治疗中有独特的优势，包括冷敷、热敷、电疗、超声波疗法、激光疗法、牵引疗法、按摩疗法和运动疗法等形式。这些方法不仅有助于减轻症状，还能加速康复进程，提高患者的生活质量。

肝硬化的早期预警信号

程军彦 元氏县双惠医院

肝硬化是一种严重的肝脏疾病，常常在患者感受到明显症状之前已经造成了不可逆的损伤。早期预警信号的识别对于及时干预和治疗至关重要。了解这些信号可以帮助人们更早地发现肝硬化的迹象，并采取必要的措施以减缓疾病的进展。

一、肝硬化的定义和原因

肝硬化是一种慢性肝病，其特征是正常肝组织逐渐被疤痕组织所取代，导致肝脏功能受损。最常见的原因是长期酗酒、乙型肝炎或丙型肝炎感染、脂肪肝、自身免疫性肝炎以及长期暴露于毒素或药物。

其他原因还包括肝内胆汁淤积、先天性胆道异常和血液逆流等。在发达国家，长期酗酒是肝硬化的主要原因，而在发展中国家，病毒性感染的影响更大。因此，有效的肝硬化预防措施包括限制饮酒、接种乙型肝炎疫苗、避免暴露于感染源，以及保持健康的生活方式。对于已经患有慢性肝病的人来说，早期发现并治疗潜在原因也至关重要。

二、早期预警信号

早期肝硬化可能并不引起明显的症状，但一些潜在的早期预警信号可能包括消化系统问题，如消化不良、

食欲改变，以及恶心等。此外，皮肤方面可能出现黄疽和瘙痒感，这可能是肝硬化的迹象之一。疲劳和虚弱感也常常出现，情绪和认知方面的改变也值得关注，例如注意力不集中、记忆力减退等。其他可能的信号还包括体重变化和食欲改变。了解这些早期信号可以帮助减缓疾病的进展。如果有任何上述症状出现，尤其是与肝脏相关的症状，应及时就医进行进一步检查和诊断。

三、如何应对早期预警信号

对于早期肝硬化的预警信号，

如消化系统问题、皮肤症状、疲劳虚弱感以及情绪认知方面的改变，应该及时采取行动。首先，应该就医寻求专业建议和确诊，以明确症状的原因和严重程度。调整生活方式也很重要，包括保持健康饮食、适量运动、避免酗酒等。根据医生建议，可能需要进行药物治疗或其他治疗方法，以控制症状并减缓疾病的进展。此外，密切关注自身健康状况，定期体检，并遵循医生的治疗计划和建议，也是有效的策略。早期干预和管理可以帮助提高生活质量，并降低患病风险。

药剂科开展药事管理对于合理用药的促进效果分析

刘诺洋 赵县妇幼保健院

在当今医疗体系中，药事管理作为医疗机构不可或缺的一环，对于确保患者用药安全、提高医疗质量具有至关重要的作用。随着医疗技术的进步，药品种类的日益增多，合理用药已成为全球医疗领域共同关注的焦点。药剂科作为医院药事管理的核心部门，其开展的药事管理活动直接影响到药品的采购、储存、配发、使用监控以及临床药学服务等全过程进行科

一、药事管理概述

药事管理是指医疗机构内对药品的采购、储存、配发、使用监控以及临床药学服务等全过程进行科

学规划、组织、指导和控制的活 动。它涵盖了药品供应链的各个环节，确保药品的质量、安全性和有效性，同时促进合理用药，减少药物不良事件。药事管理的核心目标是通过规范化的管理流程和专业的药学服务，提升医疗服务质量，保障患者用药安全，同时优化药品使用成本。在现代医疗体系中，药事管理已成为提高医疗效率和患者满意度的关键因素，对于构建和谐医患关系和提升医院整体竞争力具有重要意义。

二、药剂科开展药事管理对合理用药的促进作用

药剂科开展的药事管理在促

进合理用药方面发挥着核心作用，通过精确的药品采购与供应管理，药剂科确保了药品的可及性和适宜性，为合理用药提供了物质基础。在药品储存与保管环节，药剂科严格控制环境条件，保障药品质量，防止因储存不当导致的药效降低或变质。药品配发与调剂过程中，药剂科依据医嘱准确配药，减少用药错误。通过药品使用监控与评价，药剂科能够及时发现并纠正不合理用药行为，提升用药安全性。

三、药事管理优化策略探讨

为了进一步提升药事管理对

合理用药的促进效果，优化策略应聚焦于几个关键领域。加强药事管理体系建设，包括完善药品管理政策、流程和标准操作程序，确保管理的一致性和有效性。提升药剂科人员的专业能力，通过持续教育和培训，增强其对最新药物信息和合理用药指南的掌握。强化药品使用监控与评价机制，利用电子健康记录和临床决策支持系统，实时监控用药情况，及时反馈和调整。推广临床药学服务，让药师更深入地参与到患者的药物治疗过程中，提供个性化的用药建议。

妊娠糖尿病的管理策略

杨璐丹 元氏县双惠医院

妊娠糖尿病（GDM）是一种妊娠期间发生的糖尿病代谢紊乱，其对孕妇和胎儿健康均具有重要影响。随着生活方式和环境的变化，妊娠糖尿病的发病率逐年上升，成为全球性公共卫生挑战之一。有效的管理策略对于降低母婴并发症风险、提高生活质量至关重要。

一、妊娠糖尿病的诊断和分类

妊娠糖尿病（GDM）的诊断主要依靠孕期糖耐量试验（OGTT）结果，根据国际标准，孕妇在24-28周进行OGTT检测，如果其中任意一个时间点的血糖超过阈值，则可确立妊娠糖尿病的诊断。另外，对于有高风险因

素的孕妇，比如，肥胖、家族糖尿病史等，应该在怀孕早期就进行糖耐量试验筛查。妊娠糖尿病还可以根据其发生的时间分为固定妊娠糖尿病和妊娠期发生的糖尿病，固定妊娠糖尿病是指孕前已经存在的糖尿病，而妊娠期糖尿病则是在怀孕期间确诊的糖尿病。及时而准确的诊断和分类对于制定有效的管理策略至关重要，能够有针对性地降低母婴并发症的风险。

二、妊娠糖尿病的风险因素

妊娠糖尿病（GDM）的风险因素包括个体因素、环境因素和生活方式因素。个体因素涵盖了孕妇的年龄、体重指数（BMI）、

家族糖尿病史等，其中，年龄超过25岁、BMI超过25kg/m²以及有家族糖尿病史的孕妇更容易患上GDM。环境因素主要包括生活习惯、饮食结构和工作环境等，例如高糖高脂饮食、缺乏运动、长期压力等都可能增加患病风险。此外，生活方式因素也是影响GDM发生的重要因素，如不健康的饮食习惯、缺乏体育锻炼、长期熬夜等不良生活方式均可能导致GDM的发生。综合考虑这些因素，可以有针对性地采取预防措施和管理策略，降低孕妇患上GDM的风险。

三、妊娠糖尿病的管理策略

妊娠糖尿病（GDM）的管理

策略包括营养管理、运动、血糖监测、药物治疗和孕期保健等方面。在营养管理方面，合理的饮食建议和膳食控制是关键，通过控制碳水化合物摄入量和选择低GI食物来控制血糖。适宜的运动方式、频率和时长有助于提高胰岛素敏感性，从而控制血糖水平。定期进行血糖监测，包括空腹血糖和餐后血糖监测，有助于及时调整管理策略。对于需要药物治疗的孕妇，胰岛素和口服药物是常用的治疗方法，但需在医生指导下使用。此外，定期产检和心理支持也是重要的管理策略，有助于监测孕妇和胎儿的健康状况，减少并发症的发生。

心理健康对怀孕的影响

崔彦 元氏县双惠医院

怀孕是每个女性生命中的一段重要时期，而心理健康对怀孕的影响备受关注。研究表明，心理健康问题如焦虑和抑郁可能会增加早产、低出生体重、产后抑郁等不良结果的风险。相反，良好的心理健康状态有助于提高怀孕期间的生活质量，降低不适应的风险，并有利于婴儿的发育和健康。通过心理干预和支持，可以有效地帮助孕妇应对压力和焦虑，提升心理健康水平，从而促进健康的怀孕和顺利的产后恢复。

一、怀孕期间的心理健康问题

怀孕期间，孕妇可能面临各种心理健康问题，其中包括焦虑、情绪波动、恐惧、抑郁和自我形象问题等。这些问题可能源自对怀孕和分娩的恐惧、对胎儿健康的忧虑、对未来生活改变的不安以及荷尔蒙水平、身体变化等生理因素的影响。焦虑常常是处于潜在风险下的一种自然反应，但过度焦虑可能导致压力和对产前抑郁的风险增加。怀孕期间的情绪波动也很常见，这可能与荷尔蒙变化、人际关系变化以及生活中的其他压力有关。另外，许多孕妇会出现身体形象问题，这可能源自身体的变化以及与社会标准的比较，这可能会成为孕妇心理健康问题的一个重要方面。因此，了解并处理怀孕期间的心理健康问题对母婴健康至关重要。

二、心理健康对怀孕的影响

心理健康在怀孕期间扮演着重要的角色，积极的心

理健康状态有助于促进健康的怀孕和良好的母婴关系。研究表明，心理健康问题如焦虑和抑郁可能会增加早产、低出生体重、产后抑郁等不良结果的风险。相反，良好的心理健康状态有助于提高怀孕期间的生活质量，降低不适应的风险，并有利于婴儿的发育和健康。通过心理干预和支持，可以有效地帮助孕妇应对压力和焦虑，提升心理健康水平，从而促进健康的怀孕和顺利的产后恢复。

三、心理健康问题的处理和解决办法

对怀孕期间的心理健康问题，及时识别并进行有效处理至关重要。重视心理健康问题的识别与评估，通过定期的心理健康评估，以及早发现潜在问题并采取相应措施。提供心理支持和干预是解决心理健康问题的关键。这可能包括心理疏导、认知行为疗法、心理咨询或心理治疗等形式，旨在缓解压力、减轻焦虑和抑郁情绪。建立支持网络也是处理心理健康问题的重要方法，家人、朋友、医生和专业心理健康工作者的支持和帮助可以让孕妇感到被关心和支持，从而更好地面对困难和挑战。通过参加孕产妇教育课程或参加团体活动，孕妇可以获得相关知识和技能，增强自信、减少焦虑。

脑外伤患者的综合护理方案

宋培培 邯郸市中心医院

脑外伤是一种严重的医学问题，它可能导致患者长期的身体和认知功能损伤。脑外伤的原因多种多样，常见的包括意外事故、暴力行为和摔倒等。交通事故是导致脑外伤的主要原因之一，车祸中头部遭受碰撞或冲击可能导致颅内损伤。此外，运动事故、坠落和其他意外事件也是常见的脑外伤原因，特别是在高风险的环境中。暴力行为如殴打、枪击或刺伤同样可能导致严重的脑外伤。而摔倒在老年人和儿童中尤为常见，尤其是意外摔倒可能会导致头部撞击地面而引发脑震荡或其他损伤。因此，脑外伤患者的综合护理方案很重要，旨在提供从急救到康复的全方位支持和关怀，以最大程度地促进患者的康复和生活质量。

脑外伤患者可以根据损伤的程度和性质分为不同类型，每种类型的患者需要个体化的治疗方案。闭合性脑外伤，即头部受到外力力量作用而未破坏头皮的情况。闭合性脑外伤通常包括轻微脑震荡、脑挫裂伤等，症状较轻，但仍需密切观察和适当治疗。开放性脑外伤，指头皮被破坏，导致颅内结构直接暴露或受到感染的情况。包括颅骨骨折、颅内出血等较为严重的损伤类型，需要紧急处理和专业治疗以减少并发症发生。另外，还有颅内压增高型脑外伤患者，他们头部受伤后可能会出现颅内压增高的症状，如昏迷、呕吐、脑水肿等，需要紧急处理以缓解压力，防止脑组织受压。还有与其他躯体伤害合并的复合性脑外伤患者，他们遭受身体其他部位的严重损伤，如骨折、内脏损伤等，需要综合治疗以全面救治。慢性脑外伤患者也需要特殊关注，这些患者可能曾遭受脑外伤，但症状不明显或延迟出现，需通过长期观察和持续治疗来管理其症状和并发症。在实际治疗中，医务人员需要根据不同类型脑外伤患者的具体情况，制定个体化的治疗方案，以最大限度地减少患者的痛苦，促进康复等。

脑外伤患者应尽早得到有效的急救和治疗。在发生脑外

伤后，应立即拨打急救电话，将患者送往医院接受专业的医疗救治。医务人员会评估患者的病情，进行必要的影像学检查（如CT扫描）以确定伤情严重程度，并采取相应的治疗措施，如止血、降颅压等。脑外伤患者在医院接受治疗期间需要全面地监护和护理。医护人员应密切观察患者的生命体征，及时发现和处理任何并发症，确保患者的生命安全。同时，对于意识丧失或昏迷的患者，应保持呼吸道通畅，防止窒息，定期翻身以防压疮。脑外伤患者的康复护理至关重要。一旦患者病情稳定，并开始进行康复训练。康复治疗的目标包括恢复患者的生活自理能力、改善运动功能、促进语言和认知功能的恢复，并减轻患者的精神压力和情绪困扰。康复治疗通常由多学科团队共同完成，包括医生、护士、物理治疗师、职业治疗师、言语治疗师等。脑外伤患者在康复期间还需要合理的营养支持。医疗营养师可以根据患者的具体情况制定个性化的饮食计划，确保患者摄入足够的营养物质，促进伤口愈合和身体功能的恢复。家属和社会支持对于脑外伤患者的康复同样至关重要。家人应给予患者充分的关爱和支持，鼓励他们积极配合治疗，保持乐观的心态。社会各界也应提供必要的支持和帮助，包括提供就业机会、康复设施和心理辅导等服务，帮助患者重新融入社会，实现全面的康复。

总之，在每个阶段都需专业团队的共同协作与细心呵护，确保患者得到全面的照顾和支持。通过及时的急救救治、有效的监护护理、全面的康复训练以及心理社会支持，可以最大限度地促进脑外伤患者的康复和生活质量。在照料脑外伤患者时，家人和医护人员温暖关怀和鼓励也起着不可或缺的作用。他们的支持和陪伴可以带给患者更多的力量 and 信心，帮助他们克服困难，坚定康复的决心。因此，一个全面的护理方案应该注重患者的心理健康和社会适应能力，为其提供全面的关爱和支持。